Be As You Are
Sea Lo Que Usted Es

Las Enseñanzas de Sri Ramana Maharshi

Para descargar de Internet:
www.portaldimensional.com

INTRODUCCIÓN

En 1896 un muchacho de dieciséis años dejó a su familia y, llevado por un impulso interior, recorrió lentamente su camino hacia Arunachala, una montaña sagrada y centro de peregrinación en la India del Sur. A su llegada arrojó todo su dinero y posesiones y se abandonó a una recién descubierta consciencia de que su naturaleza real era sin forma, inmanente. Su absorción en esta consciencia fue tan intensa que se olvidó completamente de su cuerpo y del mundo; los insectos le comieron pequeñas porciones de sus piernas, su cuerpo se consumió debido a que raramente estaba suficientemente consciente para comer y sus cabellos y uñas crecieron hasta tamaños inmanejables. Después de dos o tres años en este estado comenzó a retornar lentamente a la normalidad física, un proceso que no se completó del todo durante varios años. Su conocimiento de sí mismo como presencia consciencial no fue afectado por esta transición física y permaneció continuo y sin empañar para el resto de su vida. En el lenguaje Hindú, él había «realizado el Sí mismo»; es decir, se había dado cuenta por experiencia directa de que no existe nada aparte de una consciencia indivisible y universal, la cual se experimenta en su forma no-manifestada como eseidad o presencia consciencial y en su forma manifestada como la apariencia del universo.

Normalmente esta presencia consciencial se genera solamente después de un largo y arduo período de práctica espiritual pero en este caso aconteció espontáneamente, sin ningún esfuerzo o deseo previo. Venkataraman, el muchacho de dieciséis años de edad, estaba sólo en una habitación de la planta superior de la casa de su tío en Madurai (cerca de la punta austral de la India) cuando repentinamente fue atenazado por un intenso temor de la muerte. En los minutos siguientes pasó por una experiencia de muerte simulada durante la cual

devino conscientemente consciente por primera vez de que su naturaleza real era imperecedera y de que no tenía ninguna relación con el cuerpo, la mente o la personalidad. Muchas gentes han contado experiencias inesperadas similares pero son casi invariablemente pasajeras. En el caso de Venkataraman la experiencia fue permanente e irreversible. Desde aquel tiempo en adelante su consciencia de ser una persona individual cesó de existir y nunca funcionó en él de nuevo.

Venkataraman no habló a nadie sobre su experiencia y durante seis semanas mantuvo la apariencia de ser un muchacho ordinario. Sin embargo, encontró que tal era una postura cada vez más difícil de mantener y al final de este período de seis semanas abandonó a su familia y se fue directamente a la sagrada montaña de Arunachala.

La elección de Arunachala estaba lejos de ser una cuestión de azar. A todo lo largo de su breve vida él había asociado siempre el nombre de Arunachala con Dios y fue una revelación mayor para él cuando descubrió que no se trataba de algún ámbito celestial sino de una entidad terrenal tangible. La montaña misma había sido considerada desde hacía mucho tiempo por los Hindúes como una manifestación de Siva, una divinidad Hindú, y en los años posteriores Venkataraman a menudo decía que fue el poder espiritual de Arunachala lo que había llevado a cabo su realización del Sí mismo. Su amor por la montaña fue tan grande que desde el día en que llegó allí en 1896 hasta su muerte en 1950 nunca se le pudo persuadir para alejarse más allá de dos millas de su base.

Después de vivir unos cuantos años en la falda de la montaña su presencia consciencial interior comenzó a manifestarse como una irradiación espiritual exterior. Esta irradiación atrajo a un pequeño círculo de seguidores y, aunque él permanecía silente la mayor parte del tiempo, emprendió una carrera de enseñanza. Uno de sus más tempranos seguidores, impresionado por la evidente santidad y sabiduría del joven, decidió renombrarle Bhagavan Sri Ramana Maharshi — Bhagavan significa Señor o Dios, Sri es un título honorífico Indio, Ramana es una contracción de Venkataraman, y Maharshi

significa «gran veedor» en Sánskrito. El nombre encontró acogida entre sus otros seguidores y pronto devino el título por el cual llegó a ser conocido en el mundo.

En esta etapa de su vida Sri Ramana hablaba muy poco de modo que sus enseñanzas se transmitían de una manera inusual. En lugar de dar instrucciones verbales, emanaba de él constantemente una fuerza o poder silente que aquietaba las mentes de aquellos que lo captaban y que ocasionalmente les daba incluso una experiencia directa del estado en el cual él mismo estaba perpetuamente inmerso. En años posteriores devino más dispuesto a dar enseñanzas verbales, pero inclusive entonces, las enseñanzas silentes siempre estaban disponibles para aquellos que eran capaces de hacer buen uso de ellas. A todo lo largo de su vida Sri Ramana insistió en que este flujo de poder silencioso representaba sus enseñanzas en su forma más directa y concentrada. La importancia que él le daba queda patente por sus frecuentes afirmaciones al efecto de que sus enseñanzas verbales se daban solamente a aquellos que eran incapaces de comprender su silencio.

A medida que pasaban los años se hacía cada vez más famoso. Una comunidad creció en torno a él, miles de visitantes se congregaron para verle y durante los últimos veinte años de su vida fue ampliamente considerado como el hombre santo más popular y venerado de la India. Algunos de estos miles eran atraídos por la paz que sentían en su presencia, otros por la manera autorizada con la cual guiaba a los buscadores espirituales e interpretaba las enseñanzas religiosas, y otros venían meramente a contarle sus problemas. Fueran cuales fueran sus razones para venir casi todo el que entraba en contacto con él quedaba impresionado por su simplicidad y su humildad. Él mismo se puso a disposición de los visitantes las veinticuatro horas del día viviendo y durmiendo en una sala comunal que siempre era accesible para todo el mundo, y sus únicas posesiones privadas eran un taparrabos, un cantarillo y una garrota. Aunque era venerado por miles de gentes como un Dios vivo, se negaba a permitir que nadie le tratara como una persona especial y siempre se negaba a aceptar algo que no

pudiera ser compartido igualmente por todos en su ashram. Participaba en el trabajo comunal y durante muchos años estuvo levantándose a las tres de la mañana para preparar la comida para los residentes del ashram. Cuando los visitantes venían a verle —no había ninguna diferencia bien fueran personas importantes, campesinos o animales— todos eran tratados con igual respeto y consideración. Su interés igualitario se extendía inclusive a los árboles locales, disuadía a sus seguidores de coger flores u hojas e intentaba cerciorarse de que siempre que se tomaba un fruto de los árboles del ashram se hiciera de tal manera que el árbol sólo sufriera un mínimo daño.

A lo largo de todo este período (1925-1950) el centro de la vida del ashram era la pequeña sala donde Sri Ramana vivía, dormía y recibía. Pasaba la mayor parte de su día sentado en un rincón irradiando su poder silente y acogiendo simultáneamente las preguntas del constante flujo de visitantes que descendían sobre él desde todos los rincones del globo. Raramente encomendaba sus ideas al papel y así las respuestas dadas durante este período (con mucho el mejor documentado de su vida) representan la más amplia fuente superviviente de sus enseñanzas.

Estas enseñanzas verbales fluían llenas de autoridad desde su conocimiento directo de que la consciencia es la única realidad existente. Consecuentemente, todas sus explicaciones e instrucciones tenían la intención de convencer a sus seguidores de que éste es su estado verdadero y natural. Pocos de sus seguidores eran capaces de asimilar esta verdad en su forma más elevada y no-diluida, y así él a menudo adaptaba sus enseñanzas para conformarlas a la limitada comprensión de las gentes que venían a pedirle consejo. A causa de esta tendencia es posible distinguir muchos niveles diferentes en sus enseñanzas. En el nivel más alto que puede expresarse en palabras decía que sólo la consciencia existe. Si esto era recibido con escepticismo decía que la consciencia de esta verdad está obscurecida por las ideas auto-limitativas de la mente y que si estas ideas son abandonadas entonces se revela la realidad de la consciencia. La mayoría de sus seguidores

encontraba este planteamiento de alto nivel demasiado teórico —estaban tan inmersos en las ideas auto-limitativas que Sri Ramana les alentaba a abandonar su sentimiento de que la verdad solamente se revelaría a ellos si emprendían un largo período de práctica espiritual. Para satisfacer a tales gentes Sri Ramana prescribía un método innovador de atención a sí mismo, al cual llamaba auto-indagación [o indagación en sí mismo]. Recomendaba esta técnica tan a menudo y tan vigorosamente que era considerada por multitud de gentes como el motivo más distintivo en sus enseñanzas.

Inclusive entonces, muchas gentes no estaban satisfechas y seguían pidiendo consejo sobre otros métodos o intentaban comprometerle en discusiones filosóficas teóricas. Con tales gentes Sri Ramana abandonaba temporalmente su punto de vista absoluto y daba el consejo adecuado sobre cualquier nivel que se le preguntaba. Si en estas ocasiones parecía aceptar y endosar muchas de las concepciones erróneas que sus visitantes tenían sobre ellos mismos era solamente para llevar su atención a algún aspecto de sus enseñanzas que él sentía que les ayudaría a comprender mejor sus puntos de vista reales.

Inevitablemente, esta política de modificar sus enseñanzas para adaptarlas a las necesidades de diferentes gentes condujo a muchas contradicciones. Podía, por ejemplo, decirle a una persona que el sí mismo individual es no-existente y entonces volverse hacia otra persona y darle una detallada descripción de como funciona el sí mismo individual, como acumula *karma* y como se reencarna. A un observador le es posible decir que tales afirmaciones oponentes pueden ser ambas verdaderas cuando se ven desde diferentes puntos de vista, pero la primera afirmación tiene claramente más validez cuando se contempla desde el punto de vista absoluto de la propia experiencia de Sri Ramana. Este punto de vista, resumido por su afirmación de que sólo existe la consciencia, es en último recurso la única referencia por la cual puede uno apreciar realistamente la verdad relativa de sus otras afirmaciones ampliamente discrepantes y contradictorias. En la medida en que sus otras

afirmaciones se apartan de ésta puede asumirse que en esa misma medida son disoluciones de la verdad.

Teniendo esto presente he intentado disponer el material en este libro de tal manera que sus enseñanzas más elevadas vienen en primer lugar y en último lugar sus enseñanzas menos importantes o más diluidas. La única excepción es un capítulo en el cual habla sobre sus enseñanzas silentes. Debería estar cerca del comienzo pero por una variedad de razones encontré más oportuno acoplarlo dentro de una sección más o menos a la mitad del libro.

Decidí esta estructura por dos razones. En primer lugar da al lector una posibilidad de evaluar la relativa importancia de las diversas ideas presentadas, y en segundo lugar, y más importantemente, éste era el método de enseñanza preferido de Sri Ramana. Cuando los visitantes venían a verle, él siempre intentaba convencerles de la verdad de sus enseñanzas más elevadas y solamente si parecían poco dispuestos a aceptarlas bajaba el tono de sus respuestas y hablaba desde un nivel más relativo.

Las enseñanzas han sido presentadas en la forma de una serie de preguntas y respuestas en las cuales Sri Ramana enfatiza sus puntos de vista sobre diferentes temas. Cada capítulo está dedicado a un tópico diferente y cada tópico tiene un prefacio de observaciones introductorias o explicativas. Las preguntas y respuestas que forman el cuerpo de cada capítulo han sido tomadas de muchas fuentes y ordenadas de tal manera que dan la apariencia de ser una conversación continua. Fui obligado a adoptar este método debido a que no hay ninguna conversación suficientemente larga que cubra la totalidad del espectro de sus puntos de vista sobre un tema particular. Para aquellos que están interesados, las fuentes de las citas que constituyen las conversaciones se han listado todas al final del libro.

Sri Ramana usualmente respondía a las preguntas en una de las tres lenguas vernáculas de la India del Sur: Tamil, Telugu y Malayalam. Nunca se hicieron grabaciones y la mayor parte de sus respuestas eran transcritas apresuradamente en Inglés por

sus intérpretes oficiales. Debido a que algunos de los intérpretes no eran muy fluidos en Inglés algunas de las transcripciones eran o bien gramaticalmente incorrectas o se escribían en una especie de Inglés inflado que ocasionalmente hacen que Sri Ramana suene como un pomposo Victoriano. Me he apartado de los textos publicados corrigiendo unos pocos de los peores ejemplos de este tipo; en tales casos el significado no ha sido modificado, solamente el modo de expresión. También he concentrado algunas de las preguntas y respuestas a fin de eliminar el material que disgredía demasiado del tema bajo discusión.

Los textos originales de los cuales se han tomado estas conversaciones se caracterizan por una lujuriante profusión de letras mayúsculas. He eliminado la mayor parte de ellas, dejando solamente tres términos, Guru, Sí mismo y Corazón, con mayúscula. Sri Ramana usaba a menudo estos términos como sinónimos de consciencia y siempre que este significado se halla implicado he retenido la mayúscula para evitar la confusión.

Puede encontrarse un glosario completo de las palabras Sánskritas que no se han traducido en el texto. El mismo glosario incluye también breves descripciones de gentes, lugares y obras espirituales poco familiares que se mencionan en el texto. Sri Ramana usaba ocasionalmente términos Sánskritos de maneras no convencionales. En las pocas ocasiones en que lo hace así en este libro he ignorado las definiciones estandar de los diccionarios y en lugar de ello he dado una definición que refleja más exactamente el significado propuesto.

PRIMERA PARTE

EL SÍ MISMO

Eso en lo cual todos estos mundos parecen existir establemente, eso de lo cual todos estos mundos son una posesión, eso de lo cual todos estos mundos surgen, eso por lo cual todos estos mundos existen, eso por lo cual todos estos mundos vienen a la existencia y eso que es en verdad todos estos mundos —eso sólo es la realidad existente, Queramos a ese Sí mismo, el cual es la realidad en el Corazón[1].

CAPÍTULO 1. LA NATURALEZA DEL SÍ MISMO

La esencia de las enseñanzas de Sri Ramana se comunica en sus frecuentes aserciones de que hay una única realidad inmanente, directamente experimentada por todos, la cual es simultáneamente la fuente, la substancia y la naturaleza real de todo lo que existe. Él le daba un número de nombres diversos, significando cada uno un aspecto diferente de la misma realidad indivisible. La siguiente clasificación incluye todos sus sinónimos más comunes y explica las implicaciones de los distintos términos usados.

l. *El Sí mismo*. Este es el término que usaba más frecuentemente. Lo definía diciendo que el Sí mismo real o el «Yo» real, contrariamente a la experiencia perceptible, no es una experiencia de la individualidad sino una presencia consciencial no-personal, omni-inclusiva. No ha de ser confundido con el sí mismo individual del cual decía que es esencialmente no-existente, siendo una fabricación de la mente que obscurece la verdadera experiencia del Sí mismo real. Mantenía que el Sí mismo real está siempre presente y que siempre se experimenta pero hacía notar que uno es consciente conscientemente de él, como realmente es, solamente cuando las tendencias auto-limitadoras de la mente han cesado. La consciencia de Sí mismo permanente y continua es conocida como la realización de Sí mismo.

2. *Sat-chit-ananda*. Este es un término Sánskrito que se traduce como ser-consciencia-felicidad. Sri Ramana enseñaba que el Sí mismo es puro ser, una presenciación (*awareness*) subjetiva de «Yo soy», la cual está completamente desprovista de la sensación «yo soy esto» o «yo soy eso». No hay ningún sujeto ni objeto en el Sí mismo, hay solamente una presenciación (*awareness*) de ser. Debido a que esta presenciación es consciente es conocida también como

consciencia. La experiencia directa de esta consciencia es, según Sri Ramana, un estado de felicidad inviolable y así el término *ananda* o dicha se usa también para describirlo. Estos tres aspectos —ser, consciencia, felicidad— se experimentan como un todo unitario y no como atributos separados del Sí mismo. Son inseparables de la misma manera en que la humedad, la transparencia y la liquidez son propiedades inseparables del agua.

3. *Dios*. Sri Ramana mantenía que el universo es sostenido por el poder del Sí mismo. Puesto que los teístas normalmente atribuyen este poder a Dios él usaba a menudo la palabra Dios como un sinónimo para el Sí mismo. También usaba las palabras *Brahman*, el ser supremo del Hinduismo, y *Siva*, un nombre hindú para Dios, de la misma manera. El Dios de Sri Ramana no es un Dios personal, es el ser sin forma que sostiene el universo. No es el creador del universo, el universo es meramente una manifestación de su poder inherente; es inseparable de él (del universo), pero no es afectado por su aparición o desaparición.

4. *El Corazón*. Sri Ramana usaba frecuentemente la palabra sánskrita *hridayam* cuando estaba hablando sobre el Sí mismo. Usualmente se traduce como «el Corazón» pero una traducción más literal sería «éste es el centro». Al usar este término particular Sri Ramana no estaba implicando que haya una localización o centro particular para el Sí mismo, estaba indicando meramente que el Sí mismo es la fuente desde la cual todas las apariencias son manifestadas.

5. *Jnana*. La experiencia del Sí mismo es llamada a veces *jnana* o conocimiento. Este término no debe tomarse en el sentido de que haya una persona que tiene conocimiento del Sí mismo, debido a que en el estado de presenciación de Sí mismo no hay ningún conocedor localizado y tampoco hay nada separado del Sí mismo que pueda ser conocido. El verdadero conocimiento, o *jnana*, no es un objeto de experiencia, no es tampoco una comprensión de un estado que sea diferente y aparte del sujeto conocedor; es una presencia consciencial directa y asentida de la única realidad en la cual tanto los

sujetos como los objetos cesan de existir, El que está establecido en este estado es conocido como *jnani*.

6. *Turiya y Turyatita*. La filosofía hindú postula tres niveles alternantes de consciencia relativa —vigilia, sueño con sueños, y sueño profundo. Sri Ramana afirmaba que el Sí mismo es la realidad subyacente que soporta la aparición de los otros tres estados temporarios. Debido a esto él a veces llamaba al Sí mismo *turiya avastha* o el cuarto estado. También usaba ocasionalmente la palabra *turyatita*, que significa «trascender el cuarto», para indicar que no hay realmente cuatro estados sino solamente un único estado trascendental real.

7. *Otros términos*. Son dignos de notar otros tres términos para el Sí mismo. Sri Ramana a menudo enfatizaba que el Sí mismo es el estado de ser real y natural de uno, y por esta razón empleaba los términos *sahaja sthiti*, que significa el estado natural, y *swarupa*, que significa la forma real o la naturaleza real. También usaba la palabra «silencio» para indicar que el Sí mismo es un estado silente libre de pensamiento, de paz no-perturbada y de serenidad absoluta.

Pregunta: ¿Qué es la realidad?.

Respuesta: La realidad debe ser siempre real. No es con formas ni nombres. Eso que subyace a las formas y los nombres es la realidad. Subyace a las limitaciones, siendo ella misma ilimitada. No está confinada. Subyace a las irrealidades, siendo ella misma real. La realidad es eso que es. Es como es. Trasciende el lenguaje. Está más allá de las expresiones «existencia, no existencia», etc.[1].

Sólo la realidad que es la mera consciencia que queda cuando se destruye la ignorancia junto con el conocimiento de los objetos, es el Sí mismo [*atma*]. En ese *Brahma-swarupa* [forma real del *Brahman*], el cual es abundante presencia de Sí mismo, no hay la más mínima ignorancia.

La realidad que brilla plenamente, sin miseria y sin cuerpo, no solamente cuando el mundo es conocido sino también cuando el mundo no es conocido, es su forma real [*nija-swarupa*].

El esplendor de la consciencia-felicidad, en la forma de una única presencia consciencial que brilla igualmente dentro y fuera, es la realidad primal suprema y bienaventurada. Su forma es silencio y los *jnanis* declaran que es el estado final e inosbstructible del verdadero conocimiento [*jnana*].

Sepa que sólo *jnana* es no-apego; sólo *jnana* es pureza; *jnana* es la obtención de Dios; sólo *jnana*, el cual está desprovisto de olvido del Sí mismo, es inmortalidad; sólo *jnana* es todo[2].

Pregunta: ¿Qué es esta presencia consciencial y cómo puede obtenerse y cultivarse?.

Respuesta: Usted es presencia consciencial. Presencia consciencial es otro nombre para usted. Puesto que usted es presencia consciencial no hay ninguna necesidad de obtenerla o cultivarla. Todo lo que usted tiene que hacer es desestimar ser consciente de las demás cosas, es decir del no-Sí mismo. Si se desestima ser consciente de ellas entonces sólo queda la pura presencia consciencial, y eso es el Sí mismo[3].

Pregunta: Si el Sí mismo es presencia consciencial, ¿por qué no soy consciente (*aware*) de ello ahora?.

Respuesta: No hay ninguna dualidad. Su conocimiento presente se debe al ego y es sólo relativo. El conocimiento relativo requiere un sujeto y un objeto, mientras que la presencia consciencial (*awareness*) del Sí mismo es absoluta y no requiere ningún objeto.

El recuerdo también es similarmente relativo, requiere un objeto que recordar y un sujeto que recuerde. Cuando no hay ninguna dualidad, ¿quién va a recordar a quién?[4].

El Sí mismo está siempre presente. Cada uno quiere conocer al Sí mismo. ¿Qué tipo de ayuda se requiere para conocerse a uno mismo?. Las gentes quieren ver el Sí mismo como algo nuevo. Pero es eterno y permanece el mismo siempre. Desean verle como una luz deslumbradora, etc. ¿Cómo puede ello ser así?. No es luz, no es obscuridad. Es solamente como es. No puede ser definido. La mejor definición es «Yo soy lo que yo soy». Las *srutis* [escrituras] hablan del Sí mismo como del tamaño de un pulgar, como la punta de un cabello, como una chispa eléctrica, vasto, más sutil que lo más sutil, etc. No tienen

ningún fundamento de hecho. Es solamente ser, pero diferente de lo real y lo irreal; es conocimiento, pero diferente del conocimiento y la ignorancia. ¿Cómo puede ser definido en absoluto?. Es simplemente ser[5].

Pregunta: Cuando un hombre realiza el Sí mismo, ¿qué ve?.

Respuesta: No hay ningún ver. Ver es ser. El estado de realización de Sí mismo, como nosotros lo llamamos, no es obtener algo nuevo o alcanzar alguna meta remota, sino simplemente ser eso que usted siempre es y que usted siempre ha sido. Todo lo que se necesita es que usted abandone su aceptación de lo no-verdadero como verdadero. Todos ustedes están considerando como real lo que no es real. Nosotros sólo tenemos que abandonar esta práctica por nuestra parte. Entonces realizaremos el Sí mismo como el Sí mismo; en otras palabras, «Sea el Sí mismo». En una cierta etapa usted se reirá de usted mismo por intentar descubrir el Sí mismo, el cual es tan auto-evidente. Así pues, ¿qué podemos decir a esta pregunta?.

Esa etapa trasciende al veedor y lo visto. No hay ningún veedor ahí para ver nada. El veedor que está viendo todo esto cesa ahora de existir y sólo queda el Sí mismo[6].

Pregunta: ¿Cómo conocer esto por experiencia directa?.

Repuesta: Si hablamos de conocer el Sí mismo, debe haber dos sí mismos, uno un sí mismo que conoce, otro el sí mismo que es conocido, y el proceso de conocer. El estado que llamamos realización es simplemente ser uno mismo, no conocer algo o llegar a ser algo. Si uno ha realizado, uno es sólo eso que es y sólo eso que ha sido siempre. No se puede describir ese estado. Eso solamente se puede ser. Por supuesto, nosotros hablamos resueltamente de la realización del Sí mismo, a falta de un término mejor. ¿Cómo «real-izar» o hacer real eso que es lo único real?[7].

Pregunta: Usted a veces dice que el Sí mismo es silencio. ¿Por qué es esto?.

Respuesta: Para aquellos que viven en el Sí mismo como la belleza desprovista de pensamiento, no hay nada que deba pensarse. Eso a lo cual debe adherirse es solamente la

experiencia del silencio, debido a que en ese estado supremo no existe nada que alcanzar otro que uno mismo[8].

Pregunta: ¿Qué es *mouna* [silencio]?.

Respuesta: Ese estado que trasciende el lenguaje y el pensamiento es *mouna* [silencio][9]. Eso que es, es *mouna*, ¿Cómo puede *mouna* explicarse en palabras?[10].

Los Sabios dicen que sólo el estado en el cual no surge ni rastro del pensamiento «Yo» [el ego] es el Sí mismo [*swarupa*], el cual es silencio [*mouna*]. Sólo ese Sí mismo silente es Dios; sólo el Sí mismo es el *jiva* [alma individual]. Sólo el Sí mismo es este antiguo mundo.

Todos los demás conocimientos son solamente conocimientos pequeños y triviales; sólo la experiencia del silencio es el conocimiento real y perfecto. Sepa que la multitud de las diferencias objetivas no son reales sino meras sobreimposiciones sobre el Sí mismo, el cual es la forma del verdadero conocimiento[11].

Pregunta: Como los cuerpos y los sí mismos que los animan se observa por todas partes que de hecho son innumerables, ¿cómo puede decirse que el Sí mismo es solamente uno?.

Respuesta: Si se acepta la idea «Yo soy el cuerpo», los sí mismos son múltiples. El estado en el cual se desvanece esta idea es el Sí mismo, puesto que en ese estado no hay ningún otro objeto. Es por esta razón por lo que el Sí mismo se considera como uno solo[12].

Puesto que el cuerpo mismo no existe en la mirada natural del Sí mismo, sino solamente en la mirada extrovertida de la mente la cual está engañada por el poder de la ilusión, llamar al Sí mismo, al espacio de la consciencia, *dehi* [el poseedor del cuerpo] es erróneo.

El mundo no existe sin el cuerpo, el cuerpo nunca existe sin la mente, la mente nunca existe sin la consciencia y la consciencia nunca existe sin la realidad.

Para el sabio que ha conocido el Sí mismo escrutando dentro de sí mismo, no hay nada más que conocer que el Sí mismo. ¿Por qué?. Porque debido a que el ego, el cual identifica la

forma de un cuerpo como «Yo», ha perecido, él [el sabio] es la existencia-consciencia sin forma.

El *jnani* [el que ha realizado el Sí mismo] sabe que él es el Sí mismo y que nada, ni su cuerpo ni ninguna otra cosa, existen excepto el Sí mismo. Para un tal, ¿qué diferencia podría constituir la presencia o la ausencia de un cuerpo?.

Es falso hablar de *real*ización. ¿Qué hay que *real*izar?. Lo real es como es siempre. Nosotros no estamos creando nada nuevo u obteniendo algo que no tuviéramos antes. La ilustración dada en los libros es ésta. Nosotros cavamos un pozo y creamos un enorme hoyo. El espacio en el hoyo o pozo no ha sido creado por nosotros. Nosotros sólo hemos quitado la tierra que estaba llenando el espacio allí. El espacio estaba allí entonces y está también allí ahora. Similarmente, nosotros simplemente tenemos que arrojar todos los *samskaras* [tendencias innatas] añejos que están dentro de nosotros. Cuando todos ellos hayan sido abandonados, sólo brillará el Sí mismo[14].

Pregunta: ¿Pero cómo hacer esto y obtener la liberación?.

Respuesta: La liberación es nuestra naturaleza misma. Nosotros somos eso. El hecho mismo de que deseemos la liberación muestra que la libertad de toda esclavitud es nuestra naturaleza real. No tiene que adquirirse como algo nuevo. Todo lo que se necesita es deshacerse de la falsa noción de que somos limitados. Cuando logramos eso, no hay ningún deseo o pensamiento de ninguna especie. Mientras uno desea la liberación, mientras usted quiere atraparla, uno está en la esclavitud[15].

Pregunta: Para el que ha realizado su Sí mismo, se dice que no tendrá los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. ¿Es eso un hecho?.

Respuesta: ¿Qué le hace a usted decir que ellos no tienen los tres estados?. Cuando usted dice «he tenido un sueño; dormí profundamente; estoy despierto», usted debe admitir que usted ha estado presente en los tres estados. Eso deja totalmente claro que usted ha estado presente todo el tiempo. Si usted permanece como usted está ahora, usted está en el estado de vigilia; éste deviene oculto en el estado de sueño con sueños; y

el estado de sueño con sueños desaparece cuando usted está en el sueño profundo. Usted ha estado presente entonces, usted está presente ahora, y usted está presente en todos los tiempos. Los tres estados vienen y van, pero usted está siempre presente. Es como un cine. La pantalla está siempre presente pero la multitud de los tipos de imágenes aparecen sobre la pantalla y después desaparecen. Nada se pega a la pantalla, ella sigue siendo una pantalla. Similarmente, usted sigue siendo su propio Sí mismo en los tres estados. Si usted conoce eso, los tres estados no le perturbarán, lo mismo que las imágenes que aparecen sobre la pantalla no se pegan a ella. Sobre la pantalla, usted a veces ve un imponente océano con enormes olas sin fin; después desaparece. En otra ocasión, usted ve un fuego devastador creciendo todo alrededor; después también desaparece. La pantalla está presente en ambas ocasiones. ¿Se ha mojado la pantalla con el agua o se ha quemado con el fuego?. Nada ha afectado a la pantalla. De la misma manera, las cosas que acontecen durante los estados de vigilia, sueño con sueños y de sueño profundo no le afectan a usted en absoluto; usted permanece su propio Sí mismo.

Pregunta: ¿Significa eso que, aunque las gentes tienen los tres estados, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, éstos no les afectan?.

Respuesta: Sí, así es. Estos estados vienen y van. El Sí mismo no es tocado; tiene solamente un único estado.

Pregunta: ¿Significa eso que una tal persona estará en este mundo meramente como un testigo?.

Respuesta: Así es; para esta misma cosa, Vidyaranya, en el décimo capítulo del *Panchadasi*, da como ejemplo la luz que ilumina el escenario de un teatro. Cuando se está representando el drama, la luz está presente, la cual ilumina, sin ninguna distinción, a todos los actores, bien sean reyes o siervos o danzarines, y también a toda la audiencia. Esa luz está presente antes de que comience el drama, durante la representación y también después de que la representación ha terminado. Similarmente, la luz de dentro, es decir, el Sí mismo, da luz al ego, al intelecto, a la memoria y a la mente sin estar él mismo

sujeto al proceso del crecimiento y del declive. Aunque durante el sueño profundo y en otros estados no hay ninguna sensación del ego, ese Sí mismo permanece sin atributos, y continúa brillando por sí mismo[16].

En realidad, la idea de que el Sí mismo está siendo el testigo, está solamente en la mente; no es la verdad absoluta del Sí mismo. Presenciar es relativo a los objetos presenciados. Tanto el testigo como su objeto son creaciones mentales[17].

Pregunta: ¿Cómo son los tres estados de consciencia inferiores en grado de realidad al cuarto [*turiya*]? ¿Cuál es la relación actual entre estos tres estados y el cuarto?.

Respuesta: Hay solamente un único estado, el de consciencia o presencia consciencial o existencia. Los tres estados de vigilia, de sueño y de sueño profundo no pueden ser reales. Simplemente vienen y van. Lo real existirá siempre. Sólo el «Yo» o existencia que persiste en los tres estados es real. Los otros tres no son reales y así no es posible decir que tengan tal o cual grado de realidad. Podemos ponerlo más o menos así. La existencia o consciencia es la única realidad. La consciencia más la vigilia, lo llamamos vigilia. La consciencia más el sueño profundo lo llamamos sueño profundo. La consciencia más el sueño con sueños, los llamamos sueño con sueños. La consciencia es la pantalla sobre la cual todas las imágenes vienen y van. La pantalla es real, las imágenes son meras sombras sobre ella. Debido a que por causa de un largo hábito nosotros hemos estado considerando estos tres estados como reales, llamamos al estado de mera presencia o consciencia el cuarto. No hay sin embargo ningún cuarto estado, sino solamente un único estado[18].

No hay ninguna diferencia entre el estado de sueño con sueños y el estado de vigilia, excepto que el sueño es corto y la vigilia larga. Ambos son el resultado de la mente. Debido a que el estado de vigilia es largo, nosotros imaginamos que es nuestro estado real. Pero, indiscutiblemente, nuestro estado real es *turiya* o el cuarto estado, el cual es siempre como es y no sabe nada de los tres estados de vigilia, sueño o sueño profundo. Debido a que nosotros llamamos a estos tres *avasthas*

[estados] llamamos al cuarto estado también *turiya avastha*. Pero no es un *avastha*, sino el estado real y natural del Sí mismo. Cuando se realiza esto, sabemos que no es un estado *turiya* o cuarto estado, pues un cuarto estado es solamente relativo, sino *turiyatita*, el estado trascendente[19].

Pregunta: ¿Pero por qué estos tres estados deben venir e ir sobre el estado real o la pantalla del Sí mismo?.

Respuesta: ¿Quién hace esta pregunta?. ¿Dice el Sí mismo que estos estados vienen y van?. Es el veedor quien dice que estos estados vienen y van. El veedor y lo visto juntos constituyen la mente. Vea si hay una cosa tal como la mente. Entonces, la mente se sumerge en el Sí mismo, y no hay ni el veedor ni lo visto. Así pues, la respuesta real a su pregunta es, «Ellos no vienen ni van». Sólo el Sí mismo permanece lo que siempre es. Los tres estados deben su existencia a la no-indagación y la indagación les pone fin. Por mucho que se explique, el hecho no se aclara hasta que uno alcanza la realización de Sí mismo y se pregunta cómo estuvo tan ciego durante tanto tiempo a la existencia única y auto-evidente.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre la mente y el Sí mismo?.

Respuesta: No hay ninguna diferencia. La mente vuelta hacia adentro es el Sí mismo; vuelta hacia afuera, deviene el ego y la totalidad del mundo. El algodón convertido en diferentes vestidos nosotros lo llamamos por diferentes nombres. El oro convertido en diferentes ornamentos, los llamamos por diferentes nombres. Pero todos los vestidos son algodón y todos los ornamentos oro. El uno es real, los muchos son meros nombres y formas. Pero la mente no existe aparte del Sí mismo, es decir, no tiene ninguna existencia independiente. El Sí mismo existe sin la mente, la mente jamás sin el Sí mismo[20].

Pregunta: Se dice que *Brahman* es *sat-chit-ananda*. ¿Qué significa eso?.

Respuesta: Sí, Eso es así. Eso que es, es solamente *sat*. Eso es llamado *Brahman*. El lustre de *sat* es *chit* y su naturaleza es *ananda*. Estos no son diferentes de *sat*. Los tres juntos se conocen como *sat-chit-ananda* [ser-consciencia-felicidad][21].

Pregunta: Como el Sí mismo es existencia [*sat*] y consciencia [*chit*], ¿cuál es la razón para describirlo como diferente de lo existente y de lo no-existente, de lo senciente y de lo insenciente?.

Respuesta: Aunque el Sí mismo es real, como comprende todo, no deja ningún resquicio para preguntas que impliquen dualidad sobre su realidad o irrealidad. Por lo tanto se dice que es diferente de lo real y de lo irreal. Similarmente, aunque es consciencia, puesto que para él no hay nada que conocer o a lo que hacerse conocido, se dice que es diferente de lo senciente o de lo insenciente[22].

Sat-chit-ananda se dice para indicar que lo supremo no es *asat* [diferente del ser], ni *achit* [diferente de la consciencia], ni *anananda* [diferente de la felicidad]. Pero debido a que nosotros estamos en el mundo fenoménico hablamos del Sí mismo como *sat-chit-ananda*[23].

Pregunta: ¿En qué sentido es la felicidad o la dicha [*ananda*] nuestra naturaleza real?.

Respuesta: La felicidad perfecta es *Brahman*. La paz perfecta es del Sí mismo. Sólo eso existe y es consciencia[24]. Eso que se llama felicidad es solamente la naturaleza del Sí mismo; el Sí mismo no es otro que felicidad perfecta. Sólo existe eso que es llamado felicidad. Conociendo ese hecho y morando en el estado del Sí mismo, goce de dicha eternamente[25].

Si un hombre piensa que su felicidad se debe a causas externas y a sus posesiones, es razonable concluir que su felicidad debe aumentar con el aumento de sus posesiones y disminuir en proporción a su disminución. Por lo tanto, si está desprovisto de posesiones, su felicidad debe ser nula. ¿Cuál es la experiencia real del hombre? ¿Se conforma a éste punto de vista?.

En el sueño profundo el hombre está desprovisto de posesiones, incluida la de su propio cuerpo. En lugar de ser infeliz es completamente dichoso. Todo el mundo desea dormir profundamente. La conclusión es que la felicidad es inherente en el hombre y que no se debe a causas externas. Uno debe

realizar el Sí mismo a fin de abrir el almacén de la dicha completa[26].

Pregunta: Sri Bhagavan habla del Corazón como sede de la consciencia y como idéntico con el Sí mismo. ¿Qué significa exactamente el Corazón?.

Repuesta: Llámelo por cualquier nombre, Dios, Sí mismo, el Corazón o la sede de la consciencia, es todo lo mismo. El punto que hay que entender es éste, que el Corazón significa el núcleo mismo del ser de uno, el centro, sin el cual no hay nada en absoluto[27].

El Corazón no es físico, es espiritual. *Hridayam* es igual a *hrit* más *ayam*; significa «éste es el centro». Es eso de lo cual los pensamientos surgen, sobre lo cual subsisten y en lo cual se resuelven. Los pensamientos son el contenido de la mente y forman el universo. El Corazón es el centro de todo. Eso de lo cual los seres vienen a la existencia se dice que es *Brahman* en las *Upanishads*. Eso es el Corazón. *Brahman* es el Corazón[28].

Pregunta: ¿Cómo realizar el Corazón?.

Respuesta: No hay nadie a quien falte ni siquiera por un momento la experiencia del Sí mismo. Pues nadie admite que alguna vez se aparte del Sí mismo. Él es el Sí mismo. El Sí mismo es el Corazón[29].

El Corazón es el centro del cual todo brota. Debido a que usted ve el mundo, el cuerpo y demás, se dice que hay un centro para éstos, el cual es llamado el Corazón. Cuando usted está en el Corazón, el Corazón se conoce a sí mismo como ni el centro ni la circunferencia. No hay nada más aparte de él[30].

Sólo la consciencia que es la existencia real y que no sale a conocer esas cosas que son otras que el Sí mismo, es el Corazón. Puesto que la verdad del Sí mismo le es conocida solamente a esa consciencia, la cual está desprovista de actividad, sólo esa consciencia que permanece siempre asistiendo al Sí mismo es el brillo del conocimiento claro[31].

CAPÍTULO 2. CONSCIENCIA DE SÍ MISMO E IGNORANCIA DE SÍ MISMO

Sri Ramana ocasionalmente indicó que hay tres clases de aspirantes espirituales. Los más avanzados realizan el Sí mismo tan pronto como se les habla sobre su naturaleza real. Los que están en la segunda clase necesitan reflexionar sobre ello durante algún tiempo antes de que la consciencia de Sí mismo devenga firmemente establecida. Los que están en la tercera categoría son menos afortunados puesto que usualmente necesitan muchos años de práctica espiritual intensiva para obtener la meta de la realización de Sí mismo. Sri Ramana usaba a veces una metáfora de la combustión para describir los tres niveles: la pólvora prende con una sola chispa, el carbón de encina necesita la aplicación de calor durante un corto tiempo, y el carbón mojado necesita secarse y calentarse durante un largo período de tiempo antes de que comience a arder.

Para beneficio de aquellos que están en las dos categorías más elevadas Sri Ramana enseñaba que sólo existe el Sí mismo y que puede ser experimentado directa y conscientemente cesando de prestar atención a las ideas erróneas que tenemos sobre nosotros mismos. Estas ideas erróneas Sri Ramana las llamaba colectivamente el «no-Sí mismo» puesto que son una excrecencia de nociones y de percepciones erróneas, las cuales, efectivamente, velan la verdadera experiencia del Sí mismo real. La principal percepción errónea es la idea de que el Sí mismo está limitado al cuerpo y a la mente. Tan pronto como uno cesa de imaginar que uno es una persona individual, que habita en un cuerpo particular, toda la superestructura de las ideas erróneas se colapsa y es reemplazada por una consciencia, consciente y permanente del Sí mismo real.

En este nivel de la enseñanza ya no se trata de ningún esfuerzo o práctica. Todo lo que se requiere es una comprensión

de que el Sí mismo no es una meta que hay que alcanzar, es meramente la presencia consciencial que prevalece cuando se han abandonado todas las ideas limitativas sobre el no-Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo puedo alcanzar la realización de Sí mismo?.

Respuesta: La realización no es nada que tenga que ganarse, está ya aquí. Todo lo que se necesita es deshacerse del pensamiento «Yo no estoy realizado».

La quietud o la paz es realización. No hay ningún momento en el cual el Sí mismo no es. Mientras hay duda o el sentimiento de no-realización, debe hacerse el intento de deshacerse de estos pensamientos. Se deben a la identificación del Sí mismo con el no-Sí mismo. Cuando el no-Sí mismo desaparece, sólo el Sí mismo permanece. Para hacer sitio, es suficiente con quitar objetos. El sitio no se trae de ninguna otra parte.

Pregunta: Puesto que la realización no es posible sin *vasana-kshaya* [destrucción de las tendencias mentales], ¿cómo puedo realizar ese estado en el cual las tendencias son destruidas efectivamente?.

Repuesta: Usted está en ese estado ahora.

Pregunta: ¿Quiere eso decir que aferrándose al Sí mismo, los *vasanas* [tendencias mentales] se destruirán como y cuando emerjan?.

Respuesta: Se destruirán por sí solos si usted permanece lo que usted es.

Pregunta: ¿Cómo alcanzaré el Sí mismo?.

Respuesta: No hay ningún *alcanzar* el Sí mismo. Si el Sí mismo tuviera que ser alcanzado, ello significaría que el Sí mismo no está aquí y ahora y que todavía hay que obtenerlo. Todo lo que se obtiene alguna vez ser perderá otra. De modo que será impermanente. Lo que no es permanente no merece ningún esfuerzo. Así pues, digo que el Sí mismo no se alcanza. Usted es el Sí mismo, usted es ya eso.

El hecho es, usted es ignorante de su estado de plenitud dichosa. La ignorancia sobreviene y tiende un velo sobre el puro Sí mismo, el cual es felicidad. Los intentos se dirigen solamente a retirar este velo de ignorancia, el cual es meramente conocimiento erróneo. El conocimiento erróneo es la falsa identificación del Sí mismo con el cuerpo y la mente. Esta falsa identificación debe partir, y entonces sólo el Sí mismo permanece.

Por lo tanto la realización es para todo el mundo; la realización no hace ninguna diferencia entre los aspirantes. Esta misma duda, de si usted puede realizar, y la noción «yo-no-he-realizado» son ellas mismas los obstáculos. Sea libre de estos obstáculos también[1].

Pregunta: ¿Cuánto tiempo lleva alcanzar *mukti* [la liberación]?.

Respuesta: *Mukti* [la liberación] no es algo que hay que ganar en el futuro. Está aquí por siempre, aquí y ahora.

Pregunta: Estoy de acuerdo, pero yo no la experimento.

Respuesta: La experiencia está aquí y ahora. Uno no puede negar su propio Sí mismo.

Pregunta: Eso significa existencia y no felicidad.

Respuesta: Existencia es lo mismo que felicidad y felicidad es lo mismo que ser. La palabra *mukti* [liberación] es tan provocativa. ¿Por qué debe uno buscarla?. Uno cree que hay esclavitud y por lo tanto busca la liberación. Pero el hecho es que no hay ninguna esclavitud sino solamente liberación. ¿Por qué la llamamos por un nombre y la buscamos?.

Pregunta: Verdadero —pero nosotros somos ignorantes.

Respuesta: Solamente quite la ignorancia. Eso es todo lo que hay que hacer.

Todas las preguntas relativas a *mukti* [la liberación] son inadmisibles. *Mukti* significa la liberación de la esclavitud, lo cual implica la existencia presente de la esclavitud. No hay ninguna esclavitud y por lo tanto ninguna *mukti* tampoco[2].

Pregunta: ¿De qué naturaleza es la realización de algunos occidentales que cuentan que han tenido destellos de la consciencia cósmica?.

Repuesta: Vino como un destello y desaparecerá como tal. Todo lo que tiene un comienzo debe tener también un fin. Solamente cuando se realiza la consciencia siempre presente es permanente. La consciencia está en verdad siempre con nosotros. Todo el mundo sabe «Yo soy». Nadie puede negar su propio ser. El hombre en el sueño profundo no es consciente (*aware*); mientras está despierto parece ser consciente. Pero es la misma persona. No hay ningún cambio en el que duerme y el que está ahora despierto. En el sueño profundo él no era consciente de su cuerpo y así no había ninguna consciencia corporal. En el estado de vigilia él es consciente de su cuerpo y así hay consciencia corporal. Por lo tanto la diferencia se encuentra en la emergencia de la consciencia corporal y no en algún cambio en la consciencia real.

El cuerpo y la consciencia corporal surgen juntos y se sumergen juntos. Todo esto equivale a decir que no hay ninguna limitación en el sueño profundo, mientras que hay limitaciones en el estado de vigilia. El sentimiento «El cuerpo es yo» es el error. Este falso sentido de «yo» debe partir. El «Yo» real está siempre aquí. Está aquí y ahora. Nunca aparece de nuevas ni desaparece después. Eso que es debe también persistir siempre. Eso que aparece de nuevas también se perderá. Compare el sueño profundo y la vigilia. El cuerpo aparece en un estado pero no en el otro. Por lo tanto, el cuerpo se perderá. La consciencia era pre-existente y sobrevivirá al cuerpo.

No hay nadie que no diga «Yo soy». El conocimiento erróneo de «Yo soy el cuerpo» es la causa de todo el sufrimiento. Este conocimiento erróneo debe partir. Eso es realización. La realización no es la adquisición de algo nuevo ni tampoco es una nueva facultad. Es solamente la retirada de todo camuflaje.

La verdad última es así de simple. No es nada más que ser en el estado pristino. Esto es todo lo que se necesita decir[3].

Pregunta: ¿Está uno más cerca de la pura consciencia en el sueño profundo que en el estado de vigilia?.

Respuesta: Los estados de sueño profundo, de sueño con sueños y de vigilia son meros fenómenos que aparecen sobre el Sí mismo, el cual es estacionario. Es también un estado de

simple presencia consciencial. ¿Puede alguien permanecer apartado del Sí mismo en algún momento?. Esta pregunta puede surgir solamente si eso fuera posible.

Pregunta: ¿No se dice a menudo que uno está más cerca de la pura consciencia en el estado de sueño profundo que en el estado de vigilia?.

Respuesta: La pregunta puede ser también, «¿Estoy yo más cerca de mí mismo en mi estado de sueño profundo que en mi estado de vigilia?».

El Sí mismo es pura consciencia. Nadie puede estar jamás apartado del Sí mismo. La pregunta es posible solamente si hay dualidad. Pero no hay ninguna dualidad en el estado de pura consciencia.

La misma persona duerme, sueña y está despierta. El estado de vigilia se considera que está lleno de cosas bellas e interesantes. La ausencia de tal experiencia le hace decir a uno que el estado de sueño profundo es opaco. Antes de proceder más adelante dejemos este punto claro. ¿Admite usted que usted existe en su sueño profundo?.

Pregunta: Sí, lo admito.

Respuesta: Usted es la misma persona [en su sueño profundo] que la que es ahora despierto. ¿No es así?.

Pregunta: Sí.

Respuesta: Así pues, hay una continuidad en los estados de sueño profundo y de vigilia. ¿Qué es esa continuidad?. Es solamente el estado de puro ser.

Hay una diferencia en los dos estados. ¿Cuál es esa diferencia?. Los incidentes, a saber, el cuerpo, el mundo, y los objetos aparecen en el estado de vigilia pero desaparecen en el estado de sueño profundo.

Pregunta: Pero yo no soy consciente en mi sueño profundo.

Respuesta: Es verdad, no hay ninguna consciencia del cuerpo ni del mundo. Pero usted debe existir en su sueño profundo a fin de decir ahora «Yo no era consciente en mi sueño profundo». ¿Quién habla así ahora?. Es la persona despierta. El que está dormido no puede hablar así. Es decir, el individuo que está

identificando ahora el Sí mismo con el cuerpo dice que tal consciencia no existe en el sueño profundo.

Debido a que usted se identifica a usted mismo con el cuerpo, usted ve el mundo alrededor suyo y dice que el estado de vigilia está lleno de cosas bellas e interesantes. El estado de sueño profundo aparece opaco debido a que usted no estaba allí como un individuo y por lo tanto estas cosas no estaban. ¿Pero cuál es el hecho?. Hay la continuidad del ser en los tres estados, pero no hay ninguna continuidad del individuo ni de los objetos.

Pregunta: Sí.

Repuesta: Eso que es continuo es también duradero, es decir permanente. Eso que es discontinuo es transitorio.

Pregunta: Sí.

Repuesta: Por lo tanto el estado de ser es permanente y el cuerpo y el mundo no lo son. Son fenómenos fugaces que pasan sobre la pantalla del ser-consciencia, el cual es eterno y estacionario.

Pregunta: Relativamente hablando, ¿no está el estado de sueño profundo más cerca de la pura consciencia que el estado de vigilia?.

Repuesta: Sí, en este sentido: cuando se pasa del sueño profundo a la vigilia el sentido de «Yo soy» [el sí mismo] debe comenzar y la mente debe empezar a funcionar. Entonces surgen los pensamientos y las funciones del cuerpo entran en operación. Todos éstos juntos nos hacen decir que estamos despiertos. La ausencia de toda esta evolución es la característica del sueño profundo y por lo tanto está más cerca de la pura consciencia que el estado de vigilia.

Pero, sin embargo, uno no debe desear estar siempre en sueño profundo. En primer lugar es imposible, pues alternará necesariamente con los otros estados. En segundo lugar no puede ser el estado de felicidad en el cual el *jnani* está, pues su estado [del *jnani*] es permanente y no alternante. Además, el estado de sueño profundo no es reconocido por las gentes como un estado de consciencia, pero el sabio es siempre consciente. Así pues, el estado de sueño profundo difiere del estado en el cual el sabio está establecido.

Más aún, el estado de sueño profundo está libre de pensamientos y de su impresión sobre el individuo. No puede ser alterado por voluntad propia debido a que el esfuerzo es imposible en esa condición. De modo que, aunque está más cerca de la pura consciencia, no es apto para los esfuerzos por realizar el Sí mismo[4].

Pregunta: ¿No es la realización del ser absoluto de uno mismo, es decir *Brahma-jnana*, algo completamente inalcanzable para un lego como yo?.

Respuesta: *Brahma-jnana* no es un conocimiento que se adquiere, de modo que al adquirirlo se obtenga la felicidad. Es la propia manera de ver ignorante lo que debe ser abandonado. El Sí mismo que usted busca conocer es verdaderamente usted mismo. Su supuesta ignorancia le causa a usted una aflicción innecesaria como la de los diez necios que penaban por la pérdida del décimo de ellos que jamás se perdió.

Los diez necios en la parábola vadearon una corriente de agua y al alcanzar la otra orilla quisieron cerciorarse de que todos ellos habían cruzado efectivamente sanos y salvos la corriente. Uno de los diez comenzó a contar, pero mientras contó a los otros se dejó a sí mismo fuera. «Yo veo solamente nueve; cierto, hemos perdido a uno. ¿Quién puede ser?» dijo. «¿Has contado correctamente?» preguntó otro, e hizo el recuento él mismo. Pero él también contó solamente nueve. Uno tras otro cada uno de los diez contó solamente nueve, omitiéndose a sí mismo. «Nosotros somos solamente nueve», estuvieron de acuerdo todos, «¿pero quién es el que falta?» se preguntaban. Todos los esfuerzos que hicieron para descubrir al individuo «desaparecido» fracasaron. «Quienquiera que sea se ha ahogado», dijo el más sentimental de los diez necios, «lo hemos perdido». Diciendo esto estalló en lágrimas y los otros le siguieron.

Viéndolos llorar a la orilla del río, un compadecido viajero preguntó por la causa. Ellos le contaron lo que había ocurrido y le dijeron que incluso después de contarse entre sí mismos varias veces no pudieron encontrar más que nueve. Al oír la historia, y viéndolos a los diez delante de él, el viajero adivinó lo

que había ocurrido. A fin de hacerles saber por sí mismos que eran realmente diez, que todos ellos habían sobrevivido a la travesía, les habló así, «Que cada uno de ustedes cuente por sí mismo pero uno después de otro en serie, uno, dos, tres y así sucesivamente, mientras yo les daré a cada uno de ustedes un cachete a fin de que todos ustedes puedan estar seguros de haber sido incluidos en la cuenta, e incluidos solamente una vez. Entonces será encontrado el décimo hombre que falta». Oyendo esto se regocijaron ante la perspectiva de encontrar a su camarada «perdido» y aceptaron el método sugerido por el viajero.

Mientras el buen viajero daba un cachete a cada uno de los diez por turno, el que recibía el golpe contaba a sí mismo en voz alta. «Diez», dijo el último hombre que recibió el último golpe de su turno. Desconcertados se miraron unos a otros, «Nosotros somos diez», dijeron a una sola voz y le dieron las gracias al viajero por haberles quitado su aflicción.

Esta es la parábola. ¿De dónde vino el décimo hombre? ¿Estuvo perdido alguna vez?. Al saber que había estado allí todo el rato, ¿aprendieron algo nuevo?. La causa de su aflicción no era la pérdida real de nadie, era su propia ignorancia, o más bien su mera suposición de que uno de ellos se había perdido.

Tal es el caso con usted. Verdaderamente no hay ninguna causa para que usted sea miserable e infeliz. Usted mismo impone limitaciones a su verdadera naturaleza de ser infinito, y entonces llora porque usted es sólo una criatura finita. Entonces usted emprende ésta o aquella práctica espiritual para trascender las limitaciones no-existentes. Pero si su práctica espiritual misma asume la existencia de las limitaciones, ¿cómo puede ayudarle a usted a trascenderlas?.

Por lo tanto, yo le digo que sé que usted es realmente el puro ser infinito, el Sí mismo. Usted es siempre el Sí mismo y nada más que ese Sí mismo. Por consecuencia, usted jamás puede ser realmente ignorante del Sí mismo. Su ignorancia es meramente una ignorancia imaginaria, como la ignorancia de los diez necios sobre el décimo hombre perdido. Es esta ignorancia la que les causaba aflicción.

Sepa entonces que el verdadero conocimiento no crea un ser nuevo para usted, solamente disuelve su ignorante ignorancia. La felicidad tampoco viene a agregarse a su naturaleza, meramente se revela como su verdadero estado natural, eterno e imperecedero. La única manera de deshacerse de su sufrimiento es conocer y ser el Sí mismo. ¿Cómo puede esto ser inalcanzable?[5].

Pregunta: Sin embargo a menudo Bhagavan nos enseña que nosotros no somos capaces de comprender.

Repuesta: Las gentes dicen que no son capaces de conocer el Sí mismo que es omnipenetrante. ¿Qué puedo hacer yo?. Inclusive el niño más pequeño dice, «yo existo; yo hago; esto es mío». Así pues, todo el mundo comprende que la cosa «Yo» es siempre existente. Es solamente cuando ese «Yo» está aquí cuando hay la sensación de que usted es el cuerpo, de que él es Venkanna, de que éste es Ramanna, y así sucesivamente. Para saber que lo que es siempre visible es el propio Sí mismo de uno, ¿es necesario buscar con una vela?. Decir que nosotros no conocemos el *atma swarupa* [la naturaleza real del Sí mismo], la cual no es diferente sino que está en el propio Sí mismo de uno, es como decir «yo no me conozco a mí mismo»[6].

Pregunta: ¿Pero cómo va uno a alcanzar este estado?.

Respuesta: No hay ninguna meta que alcanzar. No hay nada que obtener. Usted es el Sí mismo. Usted existe siempre. No puede predicarse del Sí mismo nada más excepto que existe. Ver a Dios o el Sí mismo es solamente ser el Sí mismo o usted mismo. Ver es ser. Usted, que es el Sí mismo, quiere saber cómo alcanzar el Sí mismo. Es como un hombre que está aquí en Ramanasraman preguntando cuántos caminos hay para llegar a Ramanasraman y cuál es el mejor camino para él. Todo lo que se requiere de usted es que abandone el pensamiento de que usted es este cuerpo y que abandone todos los pensamientos de las cosas externas o el no-Sí mismo[7].

Pregunta: ¿Qué es el sí mismo-ego? ¿Cómo se relaciona con el Sí mismo real?.

Respuesta. El sí mismo-ego aparece y desaparece y es transitorio, mientras que el Sí mismo real es permanente.

Aunque usted es de hecho el Sí mismo verdadero, usted identifica erróneamente el Sí mismo real con el sí mismo-ego.

Pregunta: ¿Cómo se produce el error?.

Respuesta: Vea si se ha producido.

Pregunta: Uno tiene que sublimar el sí mismo-ego dentro del verdadero Sí mismo.

Respuesta: El sí mismo-ego no existe en absoluto.

Pregunta: ¿Por qué nos perturba?.

Repuesta: ¿A quién perturba?. La perturbación también es imaginada. La perturbación y el placer son solamente para el ego.

Pregunta: ¿Por qué está el mundo tan envuelto en la ignorancia?.

Respuesta: Ocúpese de usted mismo. Deje que el mundo se ocupe de sí mismo. Vea su Sí mismo. Si usted es el cuerpo, hay el mundo grosero también. Si usted es espíritu, todo es espíritu sólo.

Pregunta: Ello será válido para el individuo, ¿pero qué hay del resto?.

Respuesta: Hágalo primero y entonces vea si surge la pregunta después.

Pregunta: ¿Hay *avidya* [ignorancia]?.

Respuesta: ¿De quién es [la ignorancia]?.

Pregunta: Del sí mismo-ego.

Respuesta: Sí, del ego. Quite el ego y la *avidya* desaparece. Búsquelo, el ego se desvanece y sólo queda el Sí mismo real. El ego que profesa la *avidya* [ignorancia] no puede verse. No hay ninguna *avidya* en realidad. Todos los *sastras* [escrituras] tienen la finalidad de refutar la existencia de *avidya*.

Pregunta: ¿Cómo surgió el ego?.

Respuesta: El ego no es. De otro modo, ¿admitiría usted dos sí mismos? ¿Cómo puede haber *avidya* [ignorancia] en la ausencia del ego?. Si usted comienza a indagar, la *avidya*, la cual es ya no-existente, se encontrará que no es, o usted dirá que se ha esfumado.

La ignorancia pertenece al ego. ¿Por qué piensa usted en el ego y además sufre? ¿Qué es la ignorancia nuevamente?. Eso

que es no-existente. Sin embargo la vida mundanal requiere la hipótesis de *avidya*. *Avidya* es solamente nuestra ignorancia y nada más. Es ignorancia u olvido del Sí mismo. ¿Puede haber obscuridad delante del sol?. Similarmente, ¿puede haber ignorancia ante el Sí mismo auto-evidente y auto-luminoso?. Si usted conoce el Sí mismo no habrá ninguna obscuridad, ninguna ignorancia y ninguna miseria.

Es la mente la que siente la perturbación y la miseria. La obscuridad jamás viene ni va. Vea el sol y no hay ninguna obscuridad. Similarmente, vea el Sí mismo y se encontrará que la *avidya* no existe[8].

Pregunta: ¿Cómo ha surgido lo irreal? ¿Puede lo irreal surgir de lo real?.

Respuesta: Vea si ha surgido. No hay ninguna cosa tal como lo irreal. Desde otro punto de vista. Sólo el Sí mismo existe. Cuando usted intenta seguir el rastro al ego, el cual es la base de percepción del mundo y de todo lo demás, usted encuentra que el ego no existe en absoluto y tampoco toda esta creación que usted ve[9].

Pregunta: Es el cruel juego (*lila*) de Dios hacer el conocimiento del Sí mismo tan difícil.

Respuesta: Conocer el Sí mismo es ser el Sí mismo, y ser significa existencia, la existencia propia de uno. Nadie niega su propia existencia como nadie niega sus propios ojos, aunque uno no puede verlos. La perturbación se encuentra en su deseo de objetivar el Sí mismo, de la misma manera en que usted objetiva sus ojos [los ve como un objeto] cuando pone un espejo delante de ellos. Usted se ha acostumbrado tanto a objetivar que ha perdido el conocimiento de usted mismo, debido simplemente a que el Sí mismo no puede ser objetivado. ¿Quién va a conocer al Sí mismo? ¿Puede el cuerpo insenciente conocerlo?. Todo el tiempo usted habla y piensa en su «Yo», sin embargo, cuando se cuestiona, usted niega conocerlo. Usted es el Sí mismo, sin embargo usted pregunta cómo conocer el Sí mismo. ¿Dónde está entonces el juego [*lila*] de Dios y dónde está su crueldad?. Debido a esta negación del Sí mismo por las gentes, los *sastras* [las escrituras] hablan de *maya*, *lila*, etc.[10].

Pregunta. ¿Ayuda mi realización a otros?.

Respuesta: Sí, ciertamente. Es la mejor ayuda posible. Pero no hay ningunos otros a quienes ayudar. Pues un ser realizado ve solamente el Sí mismo, lo mismo que un orífice que considera el oro en diversas piezas de joyería ve solamente el oro. Cuando usted se identifica a usted mismo con el cuerpo, solamente entonces las formas y las figuras están aquí. Pero cuando usted trasciende su cuerpo, los otros cuerpos desaparecen junto con su consciencia corporal (de usted).

Pregunta: ¿Ocurre lo mismo con las plantas, los árboles, etc.?.

Respuesta: ¿Existen en absoluto aparte del Sí mismo?. El pensamiento se proyecta desde el Sí mismo. Descubra de dónde surge. Los pensamientos cesarán de surgir y sólo quedará el Sí mismo.

Pregunta: Yo comprendo teóricamente. Pero ellos están todavía aquí.

Respuesta: Sí. Es como un cine. Hay una luz sobre la pantalla y las sombras que pasan rápidamente por ella impresionan a la audiencia como la representación de alguna pieza. Si en la misma obra se muestra también una audiencia sobre la pantalla como parte de la representación proyectada, el veedor y lo visto estarán entonces ambos sobre la pantalla. Aplíqueselo a usted mismo. Usted es la pantalla, el Sí mismo ha creado el ego, el ego tiene sus excrecencias de pensamientos los cuales se muestran como el mundo, los árboles y las plantas por las cuales pregunta usted. En realidad, todos éstos no son nada sino el Sí mismo. Si usted ve el Sí mismo, el Sí mismo se encontrará que es todo, por todas partes y siempre. Nada existe excepto el Sí mismo.

Pregunta: Sí, pero todavía comprendo sólo teóricamente. Sin embargo las respuestas son simples, bellas y convincentes.

Respuesta: Inclusive el pensamiento «yo no realizo» es un obstáculo. De hecho, sólo es el Sí mismo[11].

Nuestra naturaleza real es *mukti*. Pero nosotros estamos imaginando que estamos prisioneros, y estamos haciendo múltiples intentos agotadores para devenir libres, mientras

somos libres todo el tiempo. Esto se comprenderá solamente cuando se alcance esa estación. Nos sorprenderá estar frenéticamente empeñados en intentar alcanzar algo que siempre hemos sido y somos. Una ilustración aclarará esto. Un hombre se echa a dormir en esta sala. Sueña que ha ido a recorrer el mundo, que pasa por colinas y cañadas, bosques y países, desiertos y mares, que atraviesa varios continentes y que después de muchos años de viaje agobiante y agotador, regresa a este país, llega a Tiruvannamalai, entra en el ashram y camina adentro de esta sala. Justo en ese momento se despierta y encuentra que no se ha movido ni siquiera una pulgada y que ha estado durmiendo justamente donde se había tumbado. Él no ha retornado después de un gran esfuerzo a esta sala, sino que está y siempre ha estado en la sala. Es exactamente así. Si se pregunta, «¿Por qué siendo libres nos imaginamos que somos prisioneros?», yo respondo, «¿Por qué estando en la sala imaginó usted que usted estaba inmerso en una aventura por el mundo, cruzando colinas y cañadas, desiertos y mares?. Es todo mente o *maya* [ilusión]»[12].

Pregunta: ¿Cómo entonces la ignorancia de esta única y sola realidad surge tan infelizmente en el caso del *ajnani* [alguien que no ha realizado el Sí mismo]?.

Respuesta: El *ajnani* ve solamente la mente, la cual es una mera reflexión de la luz de la pura consciencia que surge del Corazón. Pero el Corazón mismo, es ignorante. ¿Por qué?. Porque su mente está extrovertida y jamás ha buscado su fuente.

Pregunta: ¿Qué le impide a la infinita e indiferenciada luz de la consciencia que surge del Corazón revelarse a sí misma al *ajnani*?.

Repuesta: Lo mismo que el agua en un cuenco refleja el inmenso sol dentro de los estrechos límites del cuenco, así también los *vasanas* o tendencias latentes de la mente del individuo, actuando como el medio reflectante, atrapan la infinita y omnipenetrante luz de la consciencia que surge del Corazón. La forma de esta reflexión es el fenómeno llamado la mente. Viendo solamente esta reflexión, el *ajnani* cae en el

engaño de creer que él es un ser finito, el *jiva*, el sí mismo individual[13].

Pregunta: ¿Cuáles son las trabas que obstaculizan la realización del Sí mismo?.

Respuesta: Son los hábitos de la mente [*vasanas*].

Pregunta: ¿Cómo vencer los hábitos mentales [*vasanas*]?.

Respuesta: Realizando el Sí mismo.

Pregunta: Esto es un círculo vicioso.

Respuesta: Es el ego el que suscita tales dificultades, creando obstáculos y sufriendo entonces de perplejidad por las aparentes paradojas. Descubra quién hace las preguntas y el Sí mismo será encontrado[14].

Pregunta. ¿Por qué es esta esclavitud mental tan persistente?.

Respuesta: La naturaleza de la esclavitud es meramente el pensamiento revulsivo y ruinoso «yo soy diferente de la realidad». Puesto que uno no puede ciertamente permanecer separado de la realidad, rechace ese pensamiento siempre que surja[15].

Pregunta: ¿Por qué no recuerdo nunca que yo soy el Sí mismo?.

Respuesta: Las gentes hablan del recuerdo y del olvido de la plenitud del Sí mismo. El olvido y el recuerdo son solamente formas del pensamiento. Alternarán mientras haya pensamientos. Pero la realidad está más allá de los pensamientos. El recuerdo o el olvido deben ser dependientes de algo. Ese algo debe ser ajeno al Sí mismo también, de otro modo no habría olvido. Eso de lo cual dependen el recuerdo y el olvido es la idea del sí mismo individual. Cuando uno lo busca, este «yo» individual no hay manera de encontrarlo debido a que no es real. De aquí que este «yo» es sinónimo de ilusión o ignorancia (*maya*, *avidya*, o *ajnana*). Saber que jamás ha habido ignorancia es la meta de todas las enseñanzas espirituales. La ignorancia debe ser de lo que es consciente (*aware*). La consciencia (o presencia consciencial-*awareness*) es *jnana* [conocimiento, cognitividad]. *Jnana* es eterno y natural, *ajnana* es innatural e irreal.

Pregunta: Una vez oída esta verdad, ¿por qué no se queda uno contento?.

Respuesta: Debido a que los *samskaras* [tendencias mentales innatas] no han sido destruidos. A menos que los *samskaras* cesen de existir, siempre habrá duda y confusión. Todos los esfuerzos se dirigen a destruir la duda y la confusión. Para hacerlo deben cortarse sus raíces. Sus raíces son los *samskaras*. Estos se tornan inefectivos mediante la práctica prescrita por el Gurú. El Gurú deja que el buscador practique mucho a fin de que descubra él mismo que no hay ninguna ignorancia. Oír la verdad [*sravana*] es la primera etapa. Si la comprensión no es firme uno tiene que practicar la reflexión [*manana*] y la contemplación ininterrumpida [*nididhyasana*] de ella. Estos dos procesos abrasan las semillas de los *samskaras* de modo que se tornan inefectivas.

Algunas gentes extraordinarias obtienen el conocimiento [*jnana*] inconmovible después de oír la verdad sólo una vez. Estos son los buscadores avanzados. A los principiantes lleva más tiempo ganarlo.

Pregunta: ¿Cómo surgió la ignorancia [*avidya*]?.

Repuesta: La ignorancia jamás ha surgido. No tiene ningún ser real, Eso que es, es solamente *vidya* [conocimiento].

Pregunta: ¿Por qué entonces no lo realizo?.

Repuesta: Debido a los *samskaras*. No obstante, descubra quién no realiza y lo que no realiza. Entonces estará claro que no hay ninguna *avidya*[16].

Pregunta: Así pues, es erróneo comenzar con una meta, ¿no es así?.

Respuesta: Si hay una meta que alcanzar no puede ser permanente. La meta debe estar ya aquí. Nosotros buscamos alcanzar la meta con el ego, pero la meta existe antes que el ego. Lo que es en la meta es incluso anterior a nuestro nacimiento, es decir, al nacimiento del ego. Debido a que nosotros existimos, el ego parece existir también.

Si nosotros miramos al Sí mismo como el ego entonces devenimos el ego, si lo miramos como la mente devenimos la mente, si lo miramos como el cuerpo devenimos el cuerpo. Es el

pensamiento el que construye todas las envolturas de innumerables maneras. Se encuentra que la sombra sobre el agua está moviéndose. ¿Puede alguien detener el movimiento de la sombra?. Si dejara de moverse usted no notaría el agua sino solamente la luz. Similarmente, no acuse recibo del ego y sus actividades, vea solamente la luz que hay detrás. El ego es el pensamiento «yo». El verdadero «Yo» es el Sí mismo.

Pregunta: Si es sólo cuestión de abandonar ideas entonces es solamente una etapa hacia la realización.

Respuesta: La realización está ya aquí. El estado libre de pensamiento es el único estado real. No hay ninguna acción tal como la realización. ¿Hay alguien que no esté realizando el Sí mismo? ¿Niega alguien su propia existencia?. Hablar de realización, implica dos sí mismos —uno que realiza, el otro que es realizado. Lo que no está ya realizado se busca realizarlo. Una vez que admitimos nuestra existencia, ¿cómo es que no conocemos nuestro Sí mismo?.

Repuesta: Debido a los pensamientos, a la mente.

Pregunta: Completamente exacto. Es la mente lo que vela nuestra felicidad. ¿Cómo sabemos que existimos?. Si usted dice que se debe al mundo que nos rodea, entonces ¿cómo sabe usted que usted existía en el sueño profundo.

Pregunta: ¿Cómo deshacerse de la mente?.

Repuesta: ¿Es la mente la que quiere matarse a sí misma?. La mente no puede matarse a sí misma. Así pues, su trabajo es encontrar la naturaleza real de la mente. Entonces usted sabrá que no hay ninguna mente. Cuando se busca el Sí mismo, la mente no está en ninguna parte. Morando en el Sí mismo, uno no necesita preocuparse de la mente[17].

Pregunta: ¿Es *mukti* lo mismo que la realización?.

Repuesta: *Mukti* o liberación es nuestra naturaleza. Es otro nombre para nosotros. Nuestro deseo de *mukti* es una cosa muy graciosa. Es como un hombre que está en la sombra, que deja voluntariamente la sombra, que se pone bajo el sol, que siente la severidad del calor allí, que hace grandes esfuerzos para regresar de nuevo bajo la sombra y que una vez allí se regocija, «¡Cuán dulce es la sombra! ¡Al fin he alcanzado la sombra!».

Todo nosotros estamos haciendo exactamente lo mismo. Nosotros no somos diferentes de la realidad. Nosotros nos imaginamos que somos diferentes, es decir, nosotros creamos el *bheda bhava* [el sentimiento de diferencia] y entonces emprendemos la gran *sadhana* [prácticas espirituales] para deshacernos del *bheda bhava* y realizar la unidad. ¿Por qué imaginamos o creamos el *bheda bhava* y después lo destruimos? [18].

Pregunta: Esto puede realizarse solamente por la gracia del maestro. He estado leyendo el *Sri Bhagavata*. Dice que la felicidad sólo puede tenerse por el polvo de los pies del maestro. Yo suplico la gracia.

Respuesta: ¿Qué es la felicidad sino su propio ser?. Usted no está apartado del ser, el cual es lo mismo que la felicidad. Usted está pensando ahora que usted es la mente o el cuerpo, los cuales son ambos cambiantes o transitorios. Pero usted es inmutable y eterno. Eso es lo que usted debe saber.

Pregunta: Hay obscuridad y yo soy ignorante.

Respuesta: Esta ignorancia debe partir. De nuevo, ¿quién dice «yo soy ignorante»?. Debe ser el testigo de la ignorancia. Eso es todo lo que usted es. Sócrates dijo, «Yo sé que no sé». ¿Puede esto ser ignorancia?. Es sabiduría.

Pregunta: ¿Por qué entonces me siento infeliz cuando estoy en Villore y me siento en paz en su presencia?.

Repuesta: ¿Puede su sentimiento en este lugar ser la felicidad?. Cuando usted deja este lugar usted dice que es infeliz. Por lo tanto esta paz no es permanente, está mezclada con la infelicidad que siente en otro lugar. Por lo tanto usted no puede encontrar la felicidad en lugares ni en períodos de tiempo. Debe ser permanente a fin de que pueda ser útil. Es su propio ser lo que es permanente. Sea el Sí mismo y eso es la felicidad. Usted es siempre eso[19].

El Sí mismo está siempre realizado. No es necesario buscar realizar lo que está ya y ha estado siempre realizado. Pero usted no puede negar su propia existencia. Esa existencia es consciencia, el Sí mismo.

A menos que usted exista usted no puede hacer preguntas. Así pues, usted debe admitir su propia existencia. Esa existencia es el Sí mismo. Está ya realizado. Por lo tanto, el esfuerzo por realizar resulta solamente en darse cuenta de su presente error —que usted no ha realizado su Sí mismo. No hay ninguna realización nueva. El Sí mismo deviene revelado.

Pregunta: Eso tomará algunos años.

Respuesta: ¿Por qué años?. La idea del tiempo está solamente en su mente. No está en el Sí mismo. No hay ningún tiempo para el Sí mismo. El tiempo surge como una idea después de que surge el ego. Pero usted es el Sí mismo más allá del tiempo y del espacio. Usted existe idéntico en la ausencia del tiempo y del espacio[20].

Si fuera verdadero que usted lo realizará después ello significa que usted no está realizado ahora. La ausencia de realización en el momento presente puede repetirse en cualquier momento en el futuro, pues el tiempo es infinito. Así pues, tal realización es impermanente. Pero eso no es verdadero. Es erróneo considerar la realización como impermanente. Es el estado eterno verdadero, el cual no puede cambiar.

Pregunta: Sí, yo lo comprenderé en el curso del tiempo.

Respuesta: Usted es ya eso. El tiempo y el espacio no pueden afectar al Sí mismo. Ellos están en usted. E igualmente todo lo que usted ve alrededor de usted está en usted. Hay una historia que ilustra este punto. Una señora tenía un precioso collar alrededor de su cuello. Una vez en su excitación lo olvidó y pensó que el collar se había perdido. Se llenó de ansiedad y lo buscó en su casa pero no pudo encontrarlo. Preguntó a sus amigos y vecinos si sabían algo sobre el collar. No sabían nada. Por último un buen amigo suyo le dijo que sintiera el collar alrededor de su cuello. Ella encontró que había estado todo el tiempo alrededor de su cuello y fue feliz. Cuando los demás le preguntaron si había encontrado el collar que se había perdido, ella dijo, «Sí, lo he encontrado». Ella todavía sentía que había recuperado una joya perdida.

Ahora bien, ¿había perdido la joya en absoluto?. Estuvo todo el tiempo alrededor de su cuello. Pero juzgue sus sentimientos. Ella estaba tan feliz como si hubiera recuperado una joya perdida. Similarmente en nuestro caso, nosotros imaginamos que realizaremos ese Sí mismo alguna vez, mientras que jamás somos nada excepto el Sí mismo[21].

Pregunta: Debe haber algo que yo pueda hacer para alcanzar este estado.

Respuesta: La concepción de que hay una meta y una vía que conduce a ella es errónea. Nosotros somos la meta o la paz siempre. Deshacerse de la noción de que no somos la paz es todo lo que se requiere.

Pregunta: Todos los libros dicen que la guía de un Gurú es necesaria.

Respuesta: El Gurú dirá solamente lo que yo estoy diciendo ahora. Él no le dará a usted nada que no tenga ya. Es imposible que alguien obtenga lo que no tiene ya. Inclusive si obtiene alguna cosa tal, se irá como vino. Todo lo que viene se irá. Sólo quedará lo que siempre es. El Gurú no puede darle a usted nada nuevo, que usted no tenga ya. La supresión de la noción de que usted no ha realizado el Sí mismo es todo lo que se requiere. Nosotros somos siempre el Sí mismo, solamente que no lo realizamos[22].

Nosotros damos vueltas y vueltas en busca de *Atma* [el Sí mismo] diciendo, «¿Dónde está *atma*? ¿Dónde está?» hasta que al fin se alcanza el amanecer de *jnana drishti* [la visión del conocimiento], y entonces decimos, «Esto es *atma*, esto es mí mismo». Debemos adquirir esa visión. Una vez que se alcanza esa visión, no habrá ningún apego aunque uno se mezcle con el mundo y se mueva con él. Una vez que usted se pone zapatos en los pies no sentirá el dolor de caminar sobre montones de piedras o de guijarros sobre el camino. Usted camina sin temor ni cuidado, inclusive si hay montañas en el camino. De la misma manera, todo será natural para aquellos que han alcanzado *jnana-drishti* [la visión del conocimiento]. ¿Qué hay aparte del propio Sí mismo de uno?.

Pregunta: El estado natural puede ser conocido solamente después de que toda está visión natural se sumerge. ¿Pero cómo va a sumergirse?.

Respuesta: Si la mente se sumerge, la totalidad del mundo se sumerge. La mente es la causa de todo esto. Si eso se sumerge, el estado natural se presenta por sí solo. El Sí mismo se proclama en todo instante como «Yo, Yo». Es auto-luminoso. Está aquí. Todo esto es eso. Nosotros somos en eso solamente. Siendo en ello, ¿por qué buscarlo?. Los antiguos decían: «Haciendo que la visión se absorba en *jnana* uno ve el mundo como *Brahman*»[23].

CAPÍTULO 3. EL JNANI

Muchos de los visitantes de Sri Ramana parecían tener una insaciable curiosidad sobre el estado de realización de Sí mismo y estaban particularmente interesados en conocer cómo un *jnani* se experimenta a sí mismo y el mundo alrededor de él. Algunas de las preguntas que se le hacían sobre el tema reflejaban las extravagantes nociones que muchas gentes tenían sobre este estado, pero la mayoría de ellas tendían a ser variaciones de una de las cuatro preguntas siguientes:

l. ¿Cómo puede un *jnani* funcionar sin ninguna consciencia de la consciencia individual?.
2. ¿Cómo puede decir que él «no hace nada» (una afirmación que Sri Ramana a menudo hacía) cuando otros le ven activo en el mundo?.
3. ¿Cómo percibe el mundo?. ¿Percibe el mundo siquiera?.
4. ¿Cómo se relaciona la presencia de pura consciencia del *jnani* con los estados alternantes de consciencia del cuerpo-mente experimentados en la vigilia, sueño y sueño profundo?.

La premisa oculta detrás de todas estas preguntas es la creencia de que hay una persona (el *jnani*) que experimente un estado que llama el Sí mismo. Esta asumición no es verdadera. Es meramente una construcción mental inventada por aquellos que no han realizado el Sí mismo (*ajnanis*) para hacerse una idea de la experiencia del *jnani*. El uso mismo de la palabra *jnani* es indicativo de esta creencia errónea, puesto que significa literalmente un conocedor de *jnana*, la realidad. El *ajnani* usa este término debido a que imagina que el mundo está hecho de buscadores de la realidad y de conocedores de la realidad; la verdad del Sí mismo es que no hay ni *jnanis* ni *ajnanis*, hay solamente *jnana*.

Sri Ramana señaló esto tanto directa como indirectamente en muchas ocasiones, pero pocos de sus interlocutores eran capaces de entender, siquiera intelectualmente, las implicaciones de una tal afirmación. Debido a esto, usualmente adaptaba sus ideas de tal manera que se conformaban a los prejuicios de sus interlocutores. En la mayoría de las conversaciones de este capítulo acepta que sus interlocutores perciban una distinción entre el *jnani* y el *ajnani*, y sin desafiar la base de esa presunción, asume el papel del *jnani* e intenta explicar las implicaciones de estar en ese estado.

Pregunta: ¿Entonces cuál es la diferencia entre el *bandha* y el *mukta*, el hombre atrapado y el liberado?.

Respuesta: El hombre ordinario vive en el cerebro, inconsciente de sí mismo en el Corazón. El *jnana siddha* [*jnani*] vive en el Corazón. Cuando se mueve y trata con los hombres y las cosas, sabe que lo que ve no está separado de la única realidad suprema, el *Brahman*, el cual él lo ha realizado en el Corazón como su propio sí mismo, lo real.

Pregunta: ¿Qué hay sobre el hombre ordinario?.

Respuesta: Acabo de decir que ve las cosas fuera de sí mismo. Está separado del mundo, de su propia verdad más profunda, de la verdad que le soporta y de lo que ve. El hombre que ha realizado la suprema verdad de su propia existencia se da cuenta de que ella es la única realidad suprema que hay detrás de él, detrás del mundo. De hecho, es consciente (*aware*) de lo uno, como lo real, el Sí mismo en todos los sí mismos, en todas las cosas, eterno e inmutable, en todo lo que es impermanente y mutable[1].

Pregunta: ¿Cuál es la relación entre la pura consciencia realizada por el *jnani* y la «Yo-soy-dad», la cual se acepta como el dato de experiencia primario?.

Respuesta: La consciencia no-diferenciada del puro ser es el Corazón o *hridayam*, el cual es lo que usted realmente es. Desde el Corazón surge la «Yo-soy-dad» como el dato primario de la experiencia de uno. Por sí misma es completamente pura

[*suddha-sattva*] en carácter. Es en esta forma de prístina pureza [*sudda-sattva-swarupa*], no-contamida por *rajas* y *tamas* [actividad e inercia], donde el «Yo» parece subsistir en el *jnani*.

Pregunta: En el *jnani* el ego subsiste en la forma pura y por lo tanto parece algo real. ¿Estoy en lo cierto?.

Respuesta: La existencia del ego en cualquier forma, bien en el *jnani* o en el *ajnani*, es ella misma una experiencia. Pero para el *ajnani* que está inmerso en el pensamiento engañoso de que el estado de vigilia y el mundo son reales, el ego también parece ser real. Puesto que ve al *jnani* actuar como los demás individuos, se siente obligado a postular alguna noción de individualidad con referencia al *jnani* también.

Pregunta: ¿Cómo funciona entonces el *aham-vritti* [el pensamiento «yo», el sentido de individualidad] en el *jnani*?.

Respuesta: No funciona en él en absoluto. La naturaleza real del *jnani* es el Corazón mismo, debido a que él es uno e idéntico con la pura consciencia no-diferenciada a la cual se alude en las *Upanishads* como *prajnana* [plenitud de consciencia]. *Prajnana* es verdaderamente *Brahman*, lo absoluto, y no hay ningún *Brahman* otro que *prajnana*[2].

Pregunta: ¿Tiene un *jnani* sankalpas [deseos]?.

Respuesta: Las principales cualidades de la mente ordinaria son *tamas* y *rajas* [pereza y agitación]; de aquí que está llena de deseos egoístas y de debilidad. Pero la mente del *jnani* es *suddha-sattva* [pura armonía], sin forma, y funciona en la *vijnanamayakosha* [la envoltura del conocimiento] sutil, a cuyo través mantiene contacto con el mundo. Sus deseos por lo tanto también son puros[3].

Pregunta: Estoy intentando comprender el punto de vista del *jnani* sobre el mundo. ¿Se percibe el mundo después de la realización del Sí mismo?.

Respuesta: ¿Por qué se preocupa usted del mundo y de lo que le acontece después de la realización de Sí mismo?. Primero realice el Sí mismo. ¿Qué importa si el mundo se percibe o no? ¿Gana usted algo que le ayude en su búsqueda por la no-percepción del mundo durante el sueño profundo?. Inversamente, ¿qué pierde usted ahora con la percepción del

mundo?. Es completamente insignificante para el *jnani* o el *ajnani* si percibe el mundo o no. Ambos lo ven, pero sus puntos de vista difieren.

Pregunta: Si el *jnani* y el *ajnani* perciben el mundo de la misma manera, ¿dónde está la diferencia entre ellos?.

Respuesta: Viendo el mundo, el *jnani* ve el Sí mismo, el cual es el *substratum* de todo lo que se ve; el *ajnani*, bien vea el mundo o no, es ignorante de su verdadero ser, el Sí mismo.

Tome el ejemplo de las imágenes moviéndose sobre la pantalla en el cine. ¿Qué hay enfrente de usted antes de que la proyección empiece?. Meramente la pantalla. Sobre esa pantalla usted ve todo el espectáculo, y bajo todas las apariencias las imágenes son reales. Pero vaya e intente apoderarse de ellas. ¿Qué es lo que toca usted?. Meramente la pantalla sobre la cual las imágenes han aparecido. Después de la proyección, cuando las imágenes desaparecen, ¿qué queda?. La pantalla nuevamente.

Así es con el Sí mismo. Sólo eso existe, las imágenes vienen y van. Si usted se aferra al Sí mismo, usted no será engañado por la apariencia de las imágenes. Tampoco importa en absoluto si las imágenes aparecen o desaparecen. Ignorando el Sí mismo el *ajnani* piensa que el mundo es real, lo mismo que al ignorar la pantalla ve meramente las imágenes, como si éstas existieran independientemente de ellas. Si uno sabe que sin el veedor no hay nada que ver, lo mismo que no hay imágenes sin la pantalla, entonces no se engaña. El *jnani* sabe que la pantalla y las imágenes son solamente el Sí mismo. Con las imágenes el Sí mismo está en su forma manifestada; sin las imágenes permanece en la forma no-manifestada. Para el *jnani* es completamente insignificante si el Sí mismo está en una forma o la otra. Él es siempre el Sí mismo. Pero el *ajnani*, al ver al *jnani* activo, se confunde[4].

Pregunta: ¿Bhagavan ve el mundo como parte y parcela de sí mismo? ¿Cómo ve Bhagavan el mundo?.

Respuesta: Sólo el Sí mismo es y nada más es. Sin embargo, es diferenciado debido a la ignorancia. La diferencia es triple:

(1) de la misma especie;

(2) de una especie diferente; y

(3) como partes en sí mismo.

El mundo no es otro Sí mismo similar al Sí mismo. No es diferente del Sí mismo; y no es tampoco parte del Sí mismo.

Pregunta: ¿No se refleja el mundo sobre el Sí mismo?.

Respuesta: Para que haya reflexión debe haber un objeto y una imagen. Pero el Sí mismo no admite estas diferencias[5].

Pregunta: ¿Tiene un *jnani* sueños?.

Repuesta: Sí, sueña, pero sabe que es un sueño, de la misma manera en que sabe que el estado de vigilia es un sueño. Usted puede llamarlos sueño nº 1 y sueño nº 2. El *jnani*, puesto que está establecido en el cuarto estado —*turiya*, la realidad suprema— presencia desapegadamente los otros tres estados, vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, como imágenes sobreimpuestas sobre él[6].

Para aquellos que experimentan la vigilia, el sueño con sueños y el sueño profundo, el estado de dormición despierto, el cual está más allá de esos tres estados, se llama *turiya* [el cuarto]. Pero puesto que solamente *turiya* existe y puesto que los otros tres estados aparentes no existen, tenga por cierto que *turiya* es, él mismo, *turiyatita* [eso que trasciende el cuarto][7].

Pregunta: ¿Para el *jnani*, entonces, no hay ninguna distinción entre los tres estados de mente?.

Respuesta: ¿Cómo puede haberla, cuando la mente misma se disuelve y se pierde en la luz de la consciencia?.

Para el *jnani* los tres estados son igualmente irreales. Pero el *ajnani* es incapaz de comprender esto, debido a que el patrón de realidad es el estado de vigilia, mientras que para el *jnani* el patrón de realidad es la realidad misma. Esta realidad de pura consciencia es eterna por naturaleza y por lo tanto subsiste igualmente durante lo que usted llama vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Para el que es uno con la realidad no hay ni la mente ni sus tres estados y, por lo tanto, ni introversión ni extroversión.

El suyo es el estado siempre-despierto, debido a que está despierto al Sí mismo eterno; el suyo es el estado siempre-soñante, debido a que para él el mundo no es mejor que un

fenómeno de sueño repetidamente presentado; el suyo es el estado siempre-dormido, debido a que él está en todo momento sin la consciencia «yo soy el cuerpo»[8].

Pregunta: ¿No hay ninguna *dehatma buddhi* [idea yo-soy-el-cuerpo] para el *jnani*?. Si, por ejemplo, Sri Bhagavan es picado por un insecto, ¿no hay ninguna sensación?.

Respuesta: Hay la sensación y hay también la *dehatma buddhi*. Esto es común al *jnani* y al *ajnani* con esta diferencia, que el *ajnani* piensa: solamente el cuerpo es mi mismo, mientras que el *jnani* sabe que todo es del Sí mismo, o que todo esto es *Brahman*. Si hay dolor, que lo haya. Es también parte del Sí mismo. El Sí mismo es *purna* [todo].

Después de trascender la *dehatma buddhi* [la idea yo-soy-el-cuerpo] uno deviene un *jnani*. En la ausencia de esa idea no puede haber ni *kartritva* [obra] ni *karta* [hacedor]. Así pues, un *jnani* no tiene ningún *karma* [es decir, un *jnani* no hace ninguna acción]. Esa es su experiencia. De otro modo no es un *jnani*. Sin embargo el *ajnani* identifica al *jnani* con su cuerpo, lo cual el *jnani* no hace[9].

Pregunta: Yo le veo a usted hacer cosas. ¿Cómo puede usted decir que nunca hace acciones?.

Respuesta: La radio canta y habla, pero si la abre usted no encontrará a nadie dentro. Similarmente, mi existencia es como el espacio; aunque este cuerpo habla como la radio, no hay nadie dentro como hacedor[10].

Pregunta: Encuentro esto difícil de comprender. ¿Podría usted por favor extenderse sobre ello?.

Respuesta: Se dan en los libros diferentes ilustraciones para facilitarnos la comprensión de cómo el *jnani* puede vivir y actuar sin la mente, aunque vivir y actuar requiere el uso de la mente. La rueda del alfarero continúa girando después de que el alfarero ha dejado de hacerla girar y una vez terminada la pieza. De la misma manera, el ventilador eléctrico continúa dando vueltas durante algunos minutos después de que lo desenchufamos de la corriente. El *prarabdha* [*karma* predestinado] que creó el cuerpo lo hará pasar por todas las actividades para las que fue creado. Pero el *jnani* pasa por todas

estas actividades sin la noción de que él es el hacedor de ellas. Es difícil comprender cómo esto es posible. La ilustración dada generalmente es que el *jnani* lleva a cabo las acciones de manera semejante a como un niño que es sacado del sueño para comer: come pero no recuerda a la mañana siguiente qué comió. Hay que tener presente que todas estas explicaciones no son para el *jnani*. Él sabe y no tiene ninguna duda. Sabe que él no es el cuerpo y sabe que no está haciendo nada aunque su cuerpo pueda estar entregado a alguna actividad. Estas explicaciones son para los espectadores que piensan en el *jnani* como alguien con un cuerpo y no pueden remediar identificarle con su cuerpo.

Pregunta: Se dice que el choque de la realización es tan grande que el cuerpo no puede sobrevivir a él.

Respuesta: Hay varias controversias o escuelas de pensamiento en lo que concierne a si un *jnani* puede continuar viviendo en su cuerpo físico después de la realización. Algunas sostienen que el que muere no puede ser un *jnani* debido a que su cuerpo debe esfumarse en el aire, o alguna cosa por el estilo. Suscitan toda clase de nociones divertidas. Si un hombre debe dejar en el acto su cuerpo cuando realiza el Sí mismo, yo me pregunto cómo algún conocimiento del Sí mismo o del estado de realización puede llegar alguna vez a los demás hombres. Y eso querría decir que todos aquellos que nos han legado los frutos de su realización del Sí mismo en libros no pueden ser considerados *jnanis* debido a que continuaron viviendo después de la realización. Y si se sostiene que un hombre no puede ser considerado un *jnani* mientras lleva a cabo acciones en el mundo (y la acción es imposible sin la mente), entonces no solamente los grandes sabios que llevaron a cabo diversos tipos de obras después de alcanzar *jnana* deben ser considerados *ajnanis* sino los dioses también, e *Ishwara* [el Dios personal supremo del Hinduismo] mismo, puesto que continúa cuidando del mundo. El hecho es que cualquier tipo de acción puede ser llevada a cabo, y llevada a cabo completamente bien, por el *jnani*, sin que se identifique a sí mismo con ella de ninguna manera y sin que imagine nunca que él es el hacedor. Algún

poder actúa a través de su cuerpo y usa su cuerpo para hacer que el trabajo se haga[11].

Pregunta: ¿Es un *jnani* capaz de cometer pecados? ¿Comete un *jnani* pecados?.

Respuesta: Un *ajnani* ve a alguien como un *jnani* y le identifica con el cuerpo. Debido a que no conoce el Sí mismo y a que toma erróneamente su cuerpo por el Sí mismo, extiende el mismo error al estado del *jnani*. El *jnani* es considerado por lo tanto ser la forma física.

Nuevamente, puesto que el *ajnani*, aunque no es el hacedor, se imagina que es el hacedor y considera las acciones del cuerpo como suyas propias, piensa que el *jnani* está actuando similarmente cuando el cuerpo está activo. Pero el *jnani* mismo sabe la verdad y no está confundido. El estado de un *jnani* no puede ser determinado por el *ajnani* y por lo tanto la cuestión perturba solamente al *ajnani* y jamás surge para el *jnani*. Si [alguien] es un hacedor debe determinar la naturaleza de las acciones. El Sí mismo no puede ser el hacedor. Descubra quién es el hacedor y el Sí mismo se revela.

Pregunta: Así pues, todo se resume a esto. Ver a un *jnani* es no comprenderle. Se ve el cuerpo del *jnani* pero no su *jnana*. Uno debe por lo tanto ser un *jnani* para conocer a un *jnani*.

Repuesta: El *jnani* no ve a nadie como un *ajnani*. Todos son solamente *jnanis* a su vista. En el estado ignorante uno sobreimpone su ignorancia sobre un *jnani* y le toma erróneamente por un hacedor. En el estado de *jnana*, el *jnani* no ve nada separado del Sí mismo. El Sí mismo es todo lustre y solamente puro *jnana*. Así pues, no hay ningún *ajnana* en su mirada. Hay una ilustración para este tipo de ilusión o sobreimposición. Dos amigos se fueron a dormir uno al lado de otro. Uno de ellos soñó que ambos habían partido a un largo viaje y que habían tenido extrañas experiencias. Al despertar las recapituló y preguntó a su amigo si no había sido así. El otro simplemente le ridiculizó diciendo que era solamente un sueño y que no podía afectarle a él.

Así ocurre con el *ajnani* que sobreimpone sus ideas ilusorias sobre los demás[12].

Pregunta: Usted ha dicho que el *jnani* puede ser y es activo, y que trata con los hombres y las cosas. No tengo ninguna duda sobre ello ahora. Pero usted dice al mismo tiempo que no ve ninguna diferencia; para él todo es uno, él está siempre en la consciencia. Si es así, ¿cómo trata con las diferencias, con los hombres, con las cosas, las cuales son ciertamente diferentes?.

Respuesta: Él ve estas diferencias sólo como apariencias, no las ve como separadas de lo verdadero, de lo real, con lo cual él es uno.

Pregunta: El *jnani* parece ser más exacto en sus expresiones, aprecia las diferencias mejor que el hombre ordinario. Si el azúcar es dulce y la hiel es amarga para mí, él también parece darse cuenta de ello. De hecho, todas las formas, todos los sonidos, todos los sabores, etc., son lo mismo para él que para los demás. Si es así, ¿cómo puede decirse que éstos son meras apariencias? ¿No forman parte de su experiencia vital?.

Respuesta: He dicho que la igualdad es el verdadero signo de *jnana*. El término mismo de igualdad implica la existencia de diferencias. Es una unidad que el *jnani* percibe en todas las diferencias, a la cual yo llamo igualdad. La igualdad no significa ignorancia de las distinciones. Cuando usted tiene la realización, usted puede ver que estas diferencias son muy superficiales, que no son en absoluto substanciales o permanentes, y que lo que es esencial en todas estas apariencias es la verdad una, lo real. A eso yo lo llamo unidad. Usted se ha referido al sonido, al gusto, a la forma, al olor, etc. Ciertamente el *jnani* aprecia las distinciones, pero siempre percibe y experimenta la realidad única en todas ellas. Por eso es por lo que no tiene ninguna preferencia. Bien se mueva, o hable, o actúe, todo es la realidad única en la cual él actúa o se mueve o habla. No tiene nada aparte de la suprema verdad única[13].

Pregunta: Se dice que el *jnani* se conduce con absoluta igualdad hacia todo.

Respuesta: Sí.

La amistad, la bondad, la felicidad y tales otros *bhavas* [actitudes] devienen naturales para ellos. La afección hacia el

bueno, la bondad hacia el desvalido, la felicidad en hacer buenas obras, el perdón hacia el malvado, tales cosas son todas características naturales del *jnani* (Patanjali, *Yoga Sutras*, 1:37)[14].

Usted pregunta sobre los *jnanis*: ellos son lo mismo en cualquier estado o condición, pues conocen la realidad, la verdad. En su rutina diaria de tomar alimento, de moverse y todo lo demás, ellos, los *jnanis*, actúan solamente para los demás. Ni una sola acción se hace para sí mismos. Ya les he dicho a ustedes muchas veces que lo mismo que hay gentes cuya profesión es llorar por un difunto, así también los *jnanis* hacen las cosas para beneficio de los demás con desapego, sin que ellos mismos sean afectados por ellas.

El *jnani* llora con el que llora, ríe con el que ríe, juega con el que juega, canta con aquellos que cantan, dando tiempo al canto. ¿Qué pierde?. Su presencia es como un puro y transparente espejo. Refleja la imagen exactamente como es. Pero el *jnani*, que es solamente un espejo, no es afectado por las acciones. ¿Cómo puede un espejo, o el estante sobre el cual se apoya, ser afectado por las reflexiones?. Nada les afecta pues ellos son meros soportes. Por otra parte, los actores en el mundo —los hacedores de todos los actos, los *ajnanis*— deben decidir por sí mismos qué canto y cuál acción resultarán en el bienestar del mundo, cuál está de acuerdo con los *sastras*, y cuál es practicable[15].

Pregunta: Se dice que son *sadeha mukta* [liberado mientras está todavía en el cuerpo] y *videha mukta* [liberado en el momento de la muerte].

Repuesta: No hay ninguna liberación, y ¿dónde están los *muktas* [liberados]?.

Pregunta: ¿No hablan los *sastras* [escrituras] hindúes de *mukti* [liberación]?.

Respuesta: *Mukti* es sinónimo de Sí mismo. *Jivan mukti* [liberado mientras está todavía en el cuerpo] y *videha mukti* son para el ignorante. El *jnani* no es consciente de *mukti* [liberación] ni de *bandha* [esclavitud]. La esclavitud, la liberación y los grados de *mukti* se dicen todos para un *ajnani* a fin de que esa

ignorancia pueda ser erradicada. Hay solamente *mukti* y nada más.

Pregunta: Está bien desde el punto de vista de Bhagavan. ¿Pero qué hay sobre nosotros?.

Repuesta: La diferencia «él» y «yo» son los obstáculos a *jnana*[16].

Pregunta: Usted dijo una vez: «El hombre liberado es libre en verdad de actuar como quiere, y cuando deja el paquete mortal, alcanza la absolución, pero no retorna a este nacimiento que es de hecho la muerte».

Estas palabras dan la impresión de que aunque el *jnani* no toma nacimiento de nuevo sobre este plano, puede continuar trabajando sobre planos más sutiles, si así lo elige. ¿Queda en él algún deseo de elegir?.

Respuesta: No, esa no era mi intención.

Pregunta: Además, un filósofo indio, en uno de sus libros, interpretando a Sankara, dice que no hay ninguna cosa tal como *videha mukti* [liberado en el momento de la muerte], pues después de su muerte, el *mukta* toma un cuerpo de luz en el cual permanece hasta que toda la humanidad se libera.

Repuesta: Eso no puede ser el punto de vista de Sankara. En el verso 566 de *Vivekachudamani* dice que después de la disolución de la envoltura física, el hombre liberado deviene como «agua vertida en agua y aceite en aceite». Es un estado en el cual no hay esclavitud ni liberación. Tomar otro cuerpo significa tender un velo, por muy sutil que sea, sobre la realidad, lo cual es esclavitud. La liberación es absoluta e irrevocable[17].

Pregunta: ¿Cómo podemos decir que el *jnani* no está en dos planos?. Se mueve con nosotros en el mundo y ve los diferentes objetos que nosotros vemos. No es como si no los viera. Por ejemplo, va caminando. Él ve el camino por el cual va. Suponga que hay una silla o una mesa colocada en medio del camino; él la ve, la evita y da un rodeo. Así pues, ¿no tenemos que admitir que él ve el mundo y los objetos de aquí, mientras por supuesto ve el Sí mismo?.

Respuesta: Usted dice que el *jnani* ve el camino, va por él, se encuentra los obstáculos, los evita, etc. ¿En la visión de quién está todo esto, en la del *jnani* o en la de usted?. Él ve solamente el Sí mismo y todo en el Sí mismo.

Pregunta: ¿No se dan ilustraciones en nuestros libros que nos expliquen claramente este estado *sahaja* [natural]?.

Repuesta: Se dan. Por ejemplo usted ve una reflexión en el espejo y el espejo. Usted sabe que el espejo es la realidad y que la imagen en él es una mera reflexión. ¿Es necesario que para ver el espejo dejemos de ver la reflexión en él?[18].

Pregunta: ¿Cuáles son las pruebas fundamentales para descubrir hombres de gran espiritualidad, puesto que se cuenta que algunos se comportan como gentes enajenadas?.

Respuesta: La mente del *jnani* es conocida solamente por el *jnani*. Se debe ser uno mismo *jnani* a fin de comprender a otro *jnani*. Sin embargo la paz de mente que impregna la atmósfera del santo es el único medio por el cual el buscador comprende la grandeza del santo.

Sus palabras o acciones o apariencia no son ninguna indicación de su grandeza, pues ellos está ordinariamente más allá de la comprensión de las gentes comunes[19].

Pregunta: ¿Por qué se dice en las escrituras que el sabio es como un niño?.

Respuesta: Un niño y un *jnani* son similares en un punto. Los incidentes interesan a un niño solamente mientras duran. Deja de pensar en ellos una vez que han pasado. Así pues, es evidente que no dejan ninguna impresión sobre el niño y que el niño no es afectado por ellos mentalmente. Ocurre lo mismo con un *jnani* [20].

Pregunta: Usted es *Bhagavan* [el Señor]. Así pues, usted debe saber cuándo obtendré *jnana*. Dígame cuándo seré un *jnani*.

Respuesta: Sí, yo soy *Bhagavan*, no hay nadie aparte del Sí mismo —por lo tanto, ningún *jnani* ni *ajnani.* Si es de otro modo, yo soy tan bueno como usted y sé tanto como usted mismo. En ninguno de ambos casos puedo responder a su pregunta[21].

Cuando vienen aquí, algunas gentes no preguntan sobre sí mismos. Preguntan: «¿Ve el *jivan mukta* el mundo? ¿Es afectado

por el *karma*? ¿Qué es la liberación después de desencarnarse? ¿Se libera uno sólo después de desencarnarse o mientras está todavía vivo en el cuerpo? ¿Debe el cuerpo del sabio resolverse en luz o desaparecer de la vista de cualquier otra manera? ¿Puede liberarse si el cuerpo se queda atrás como un cadáver?».

Sus preguntas son inacabables. ¿Por qué preocuparse de tantísimas cuestiones? ¿Consiste la liberación en conocer estas cosas?.

Por lo tanto, yo les digo, «Dejen la liberación en paz. ¿Hay esclavitud?. Conózcanla. Véanse a ustedes mismos primero y por encima de todo»[22].

SEGUNDA PARTE

INDAGACIÓN Y SUMISIÓN

«Yo soy» es la única experiencia evidente por sí misma, permanente de todos. Nada más es tan evidente por sí mismo como «Yo soy». Lo que las gentes llaman evidente por sí mismo, es decir, la experiencia que obtienen a través de los sentidos, está lejos de ser evidente por sí mismo. Sólo el Sí mismo es eso. Así pues, indagarse a sí mismo y ser ese «yo soy» es la única cosa que hay que hacer. «Yo soy» es la realidad. Yo soy esto o eso es irreal. «Yo soy» es la verdad, otro nombre del Sí mismo[1].

La devoción [*bhakta*] no es nada más que conocerse a uno mismo[2].

Cuando se indaga, la devoción suprema y *jnana* son en naturaleza uno y lo mismo. Decir que uno de estos dos es un medio hacia el otro se debe a que no se conoce la naturaleza de ninguno de ambos. Sepa que la vía de *jnana* [conocimiento] y la vía de *bhakta* [devoción] están interrelacionadas. Siga estas dos vías inseparables sin separar una de otra[3].

CAPÍTULO 4. INDAGARSE A SÍ MISMO — TEORÍA

Se recordará que en el capítulo sobre la consciencia de Sí mismo y la ignorancia de Sí mismo, Sri Ramana mantenía que la realización de Sí mismo, sólo podía llevarse a cabo abandonando la idea de que hay un sí mismo individual, que funciona a través del cuerpo y de la mente. Solamente unos pocos de sus devotos avanzados eran capaces de hacer esto rápida y fácilmente, pero los demás encontraban virtualmente imposible desechar los arraigados hábitos de toda una vida sin emprender alguna forma de práctica espiritual. Sri Ramana simpatizaba con su condición y siempre que se le pedía que prescribiera una práctica espiritual que facilitara la consciencia de Sí mismo, él recomendaba una técnica que llamaba indagarse a sí mismo. Esta práctica es la piedra angular de su filosofía práctica y los tres capítulos que siguen se dedicarán a una presentación detallada de todos sus aspectos.

Antes de entrar en una descripción de la técnica misma, será necesario explicar los puntos de vista de Sri Ramana sobre la naturaleza de la mente, puesto que la meta de la indagación de sí mismo es descubrir, por experiencia directa, que la mente es no-existente. Según Sri Ramana, toda actividad consciente de la mente o del cuerpo gira alrededor de la asumición tácita de que hay un «yo» que está haciendo algo. El factor común en «yo pienso», «yo recuerdo», «yo estoy actuando», es el «yo» que asume que es responsable de todas estas actividades. Sri Ramana llamaba a este factor común el pensamiento «yo» (*aham-vritti*). Literalmente *aham-vritti* significa «modificación mental del yo». El Sí mismo o «Yo» real nunca imagina que está haciendo o pensando nada; el «yo» que imagina todo esto es una ficción mental y por eso es llamado una modificación mental del Sí mismo. Puesto que ésta es una traducción más bien

engorrosa de *aham-vritti* usualmente se traduce como el pensamiento «yo».

Sri Ramana mantenía el punto de vista de que la noción de individualidad es solamente el pensamiento «yo» manifestándose a sí mismo de diferentes maneras. En lugar de considerar las diferentes actividades de la mente (tales como el ego, el intelecto y la memoria) como funciones separadas prefería considerarlas todas como diferentes formas del pensamiento «yo». Puesto que igualaba la individualidad con la mente y la mente con el pensamiento «yo», se sigue que la desaparición del sentido de individualidad (es decir, la realización de Sí mismo) implica la desaparición tanto de la mente como del pensamiento «yo». Esto queda confirmado por frecuentes afirmaciones al efecto de que después de la realización de Sí mismo no hay ningún pensador de los pensamientos, ningún hacedor de las acciones y ninguna consciencia de la existencia individual.

Puesto que sostenía la noción de que el Sí mismo es la única realidad existente, consideraba el pensamiento «yo» como una asumición errónea que no tiene ninguna existencia real suya propia. Explicaba su aparición diciendo que sólo puede parecer que existe identificándose con un objeto. Cuando los pensamientos surgen, el pensamiento «yo» reclama su propiedad —«yo pienso», «yo creo», «yo quiero», «yo estoy actuando»— pero no hay ningún pensamiento «yo» separado que exista independientemente de los objetos con los cuales se está identificando. Solamente parece existir como una entidad real continua debido al incesante flujo de identificaciones que continuamente están teniendo lugar. Casi todas estas identificaciones pueden ser rastreadas hasta una asumición inicial de que el «Yo» está limitado al cuerpo, bien sea como un propietario-ocupante o co-extensivo con su forma física. Esta idea «yo soy el cuerpo» es la fuente primaria de todas las subsecuentes identificaciones erróneas y su disolución es la meta principal de la indagación de sí mismo.

Sri Ramana mantenía que esta tendencia hacia las identificaciones auto-limitativas, podía ser detenida intentando

separar el «yo», sujeto de los objetos del pensamiento con los cuales se identifica. Puesto que el pensamiento «yo» individual no puede existir sin un objeto, si se enfoca la atención sobre la sensación subjetiva del «yo» o de «yo soy» con tal intensidad que no surgan los pensamientos «yo soy esto» o «yo soy eso», entonces el «yo» individual será incapaz de conectar con los objetos. Si esta consciencia (*awareness*) de «Yo» se sostiene, el «yo» individual (el pensamiento «yo») desaparecerá y en su lugar habrá una experiencia directa del Sí mismo. Esta atención constante a la consciencia interna de «yo» o de «yo soy» era llamada indagarse a sí mismo (*vichara*) por Sri Ramana y la recomendaba constantemente como la vía más eficiente y directa de descubrir la irrealidad del pensamiento «yo».

En la terminología de Sri Ramana, el pensamiento «yo» surge del Sí mismo o del Corazón y se sumerge en el Sí mismo cuando su tendencia a identificarse a sí mismo con los objetos del pensamiento cesa. Debido a esto, a menudo, hacía que su consejo se conformara a esta imagen de un «yo» que surge y que se sumerge. Podía decir «siga el rastro al pensamiento “yo” hasta su fuente», o «descubra de dónde surge el pensamiento “yo”», pero la implicación era siempre la misma. Cualquiera que fueran las palabras usadas, estaba aconsejando a sus devotos que mantuvieran la consciencia (*awareness*) del pensamiento «yo» hasta que se disolviera en la fuente de la cual surgió.

A veces mencionaba, que pensar o repetir «yo» mentalmente, también le conduciría a uno en la recta dirección, pero es importante notar que esto es solamente una etapa preliminar de la práctica. La repetición de «yo», todavía implica un sujeto (el pensamiento «yo») que tiene una percepción de un objeto (los pensamientos «yo, yo») y mientras tal dualidad existe, el pensamiento «yo» continuará prosperando. Sólo desaparece finalmente cuando cesa la percepción de todos los objetos, tanto físicos como mentales. Esto no se lleva a cabo siendo consciente (*aware*) de un «yo», sino solamente *siendo* el «Yo». Esta etapa de experimentar el sujeto más bien que ser consciente (*aware*) de un objeto es la fase culminante de la indagación de sí mismo y será explicada con mayor detalle en el siguiente capítulo.

Esta importante distinción, es el elemento clave que distingue la indagación de sí mismo de casi todas las demás prácticas espirituales y explica por qué Sri Ramana mantenía consistentemente, que la mayor parte de las demás prácticas eran inefectivas. A menudo señalaba que las meditaciones y las prácticas de yoga tradicionales necesitan la existencia de un sujeto que medita sobre un objeto y usualmente agregaba que una tal relación sostenía el pensamiento «yo» en lugar de eliminarle. Bajo su punto de vista, tales prácticas pueden aquietar efectivamente la mente, e inclusive pueden producir experiencias de dicha, pero nunca culminarán en la realización de Sí mismo debido a que el pensamiento «yo» no está siendo aislado y privado de su identidad.

Las conversaciones que comprenden este capítulo tratan en su mayor parte los puntos de vista de Sri Ramana sobre el fondo teórico de la indagación de sí mismo. Los aspectos prácticos de la técnica se explicarán con mayor detalle en el capítulo 5.

Pregunta: ¿Cuál es la naturaleza de la mente?.

Respuesta: La mente no es nada más que el pensamiento «yo». La mente y el ego son uno y lo mismo. Las demás facultades mentales tales como el intelecto y la memoria son solamente esto. La mente [*manas*], el intelecto [*buddhi*], el almacén de las tendencias mentales [*chittam*], y el ego [*ahamkara*], todos éstos son solamente la mente misma. Esto es como si se dieran diferentes nombres a un hombre en concordancia con sus diferentes funciones. El alma individual [*jiva*] no es nada más que esta alma o ego[1].

Pregunta: ¿Cómo descubriremos la naturaleza de la mente, es decir, su causa última, o el númeno del cual ella es una manifestación?.

Repuesta: Disponiendo los pensamientos por orden de su valor, el pensamiento «yo» es el más importante. La idea o pensamiento de una personalidad es también la raíz o el brote de todos los demás pensamientos, puesto que cada idea o pensamiento surge solamente como el pensamiento de alguien y

no se conoce que exista independientemente del ego. El ego por lo tanto exhibe actividad de pensamiento. La segunda y la tercera persona [él, tú, eso, etc.] no aparecen excepto a la primera persona [yo]. Por lo tanto surgen solamente después de que aparece la primera persona, de modo que las tres personas parecen surgir y sumergirse juntas. Siga entonces el rastro de la causa última del «yo» o personalidad[2].

¿De dónde surge este «yo»?. Búsquelo dentro; entonces se desvanece. Esto es la gesta de la sabiduría. Cuando la mente investiga incesantemente su propia naturaleza, transpira que no hay ninguna cosa tal como la mente. Esto es la vía directa para todos. La mente es meramente pensamientos. De todos los pensamientos el pensamiento «yo» es la raíz. Por lo tanto la mente es solamente el pensamiento «yo»[3].

El nacimiento del pensamiento «yo» es el propio nacimiento de uno, su muerte es la muerte de la persona. Después de que ha surgido el pensamiento «yo», surge la identidad errónea con el cuerpo. Deshágase del pensamiento «yo». Mientras «yo» está vivo hay aflicción. Cuando «yo» deja de existir no hay ninguna aflicción.

Pregunta: Sí, pero cuando me doy al pensamiento «yo», surgen otros pensamientos y me perturban.

Repuesta: Vea de *quién* son los pensamientos. Se desvanecerán. Tienen su raíz en el simple pensamiento «yo». Abárquelo y desparecerán[4].

Pregunta: ¿Cómo puede una indagación iniciada por el ego revelar su propia irrealidad?.

Respuesta: La existencia fenoménica del ego se trasciende cuando usted profundiza dentro de la fuente de donde surge el pensamiento «yo».

Pregunta: ¿Pero no es el *aham-vritti* [el pensamiento «yo»] solamente una de las tres formas en las cuales se manifiesta el ego?. El *Yoga Vasishtha* y otros textos antiguos describen al ego como teniendo una forma triple.

Respuesta: Así es. El ego se describe con tres cuerpos, el grosero, el sutil y el causal, pero eso es solamente para el propósito de la exposición analítica. Si el método de la

indagación tuviera que depender de la forma del ego, usted puede dar por descontado que toda indagación devendría enteramente imposible, debido a que las formas que el ego puede asumir son legión. Por lo tanto, para los propósitos de la indagación de sí mismo usted tiene que proceder sobre la base de que el ego tiene una única forma, a saber, la del *aham-vritti* [el pensamiento «yo»].

Pregunta: Pero puede resultar inadecuado para realizar *jnana*.

Respuesta: La indagación de sí mismo siguiendo el rastro del *aham-vritti* [del pensamiento «yo»] es lo mismo que el perro que sigue el rastro de su dueño por su olor. El dueño puede estar en algún lugar distante desconocido, pero eso no impide que el perro siga su rastro. El olor del dueño es un rastro infalible para el animal, y nada más cuenta, ni los vestidos que lleva, ni su complexión y estatura, etc. El perro se aferra a ese olor sin distraerse lo más mínimo mientras le busca, y finalmente logra encontrarle.

Pregunta: Queda todavía la cuestión de por qué la búsqueda de la fuente del *aham-vritti* [el pensamiento «yo»], en tanto que se distingue de los demás *vrittis* [modificaciones de la mente], debe ser considerada el medio directo a la realización de Sí mismo.

Respuesta: Aunque el concepto de «Yo-idad» o «Yo soy-dad» se conoce por el uso como *aham-vritti* no es realmente un *vritti* [modificación] como los demás *vrittis* de la mente. Debido a que, a diferencia de los demás *vrittis*, los cuales no tienen ninguna interrelación esencial, el *aham-vritti* está igualmente y esencialmente vinculado a cada uno y a todos los *vrittis* de la mente. Sin el *aham-vritti* no puede haber ningún otro *vritti*, pero el *aham-vritti* puede subsistir por sí mismo sin depender de ningún otro *vritti* de la mente. El *aham-vritti* es por lo tanto fundamentalmente diferente de los demás *vrittis*.

Así pues, la búsqueda de la fuente del *aham-vritti* no es meramente la búsqueda de la base de una de las formas del ego sino de la fuente misma de la cual surge la «Yo soy»-dad. En otras palabras, la búsqueda y la realización de la fuente del ego

en la forma del *aham-vritti* implica necesariamente la trascendencia del ego en cada una de sus formas posibles.

Pregunta: Concediendo que el *ahma-vritti* comprende esencialmente todas las formas del ego, ¿por qué sólo se debe escoger ese *vritti* [modificación] como el medio de la indagación en sí mismo?.

Respuesta: Debido a que es el único dato irreductible de su experiencia y debido a que buscar su fuente es la única vía practicable que usted puede adoptar para realizar el Sí mismo. Se dice que el ego tiene un cuerpo causal [el estado del «yo» durante el sueño profundo], ¿pero cómo puede usted hacer de él el sujeto de su investigación?. Cuando el ego adopta esa forma, usted está inmerso en la obscuridad del sueño profundo.

Pregunta: ¿Pero no es el ego en sus formas sutil y causal demasiado intangible como para ser abarcado mediante la indagación dentro de la fuente del *aham-vritti* llevada a cabo mientras la mente está despierta?.

Respuesta: No. La indagación dentro de la fuente del *aham-vritti* toca la existencia misma del ego. Por lo tanto la sutileza de la forma del ego no es una consideración a tener en cuenta.

Pregunta: Si la única meta es realizar el puro ser del Sí mismo incondicionado, el cual no depende en modo alguno del ego, ¿cómo puede ser de alguna utilidad una indagación pertinente al ego en la forma del *aham-vritti*?.

Respuesta: Desde el punto de vista funcional el ego tiene una única y sola característica. El ego funciona como el nudo entre el Sí mismo, el cual es pura consciencia, y el cuerpo físico, el cual es inerte e insenciente. El ego es llamado por lo tanto el *chit-jada-granthi* [el nudo entre la consciencia y el cuerpo inerte]. En su investigación dentro de la fuente del *aham-vritti*, usted toma el aspecto *chit* [consciencia] esencial del ego. Por esta razón la indagación debe conducir a la realización de la pura consciencia del Sí mismo[5].

Usted debe distinguir entre el «Yo», puro en sí mismo, y el pensamiento «yo». Este último, siendo meramente un pensamiento, ve sujeto y objeto, duerme, despierta, como y bebe, muere y renace. Pero el «Yo» puro es el puro ser,

existencia eterna, libre de toda ignorancia y de todo pensamiento-ilusión. Si usted permanece como el «Yo», su único ser, sin pensamiento, el pensamiento «yo» desaparecerá y la ilusión se desvanecerá para siempre. En una sala de cine usted puede ver las imágenes solamente con una luz muy tenue o en la obscuridad. Pero cuando se encienden todas las luces, las imágenes desaparecen. Así también, en la inundación de luz del supremo *atman* todos los objetos desaparecen.

Pregunta: Eso es el estado trascendental.

Respuesta: No. ¿Trascender qué, y por quién?. Sólo usted existe[6].

Pregunta: Se dice que el Sí mismo está más allá de la mente y sin embargo la realización es con la mente. «La mente no puede pensarlo. Ello no puede ser pensado con la mente y sólo la mente puede realizarlo». ¿Cómo han de reconciliarse estas contradicciones?.

Respuesta: El *Atma* se realiza con *mruta manas* [la mente muerta], es decir, con la mente desprovista de pensamientos y vuelta hacia el interior. Entonces la mente ve su propia fuente y deviene eso [el Sí mismo]. No es como el sujeto que percibe un objeto.

Cuando la habitación está obscura es necesaria una lámpara para iluminar y ojos para conocer los objetos. Pero cuando el sol ha salido no hay ninguna necesidad de una lámpara para ver los objetos. Para ver el sol ninguna lámpara es necesaria, es suficiente con que usted vuelva sus ojos hacia el auto-luminoso sol.

Ocurre lo mismo con la mente. Para ver los objetos es necesaria la luz de la mente. Para ver el Corazón es suficiente con que la mente se vuelva hacia él. Entonces la mente se pierde a sí misma y el Corazón brilla[7].

La esencia de la mente es solamente presencia consciencia (*awareness*) o consciencia. Sin embargo, cuando el ego la domina, funciona como la facultad razonante, pensante o sensorial. La mente cósmica, no estando limitada por el ego, no tiene nada separado de sí misma y es por lo tanto solamente

presencia consciente. Esto es lo que la Biblia quiere decir por «Yo soy lo que Yo soy»[8].

Cuando la mente perece en la suprema consciencia del propio Sí mismo de uno, sabe que la totalidad de los diferentes poderes comenzando con el poder de querer [e incluyendo el poder de hacer y el poder de conocer] desaparecerán enteramente, al encontrarse que son una imaginación irreal que aparece en la propia forma de la consciencia de uno. Sólo la mente impura, la cual funciona como pensamiento y olvido, es *samsara*, lo cual es el ciclo del nacimiento-y-muerte. Sólo el «Yo» real, en el cual la actividad del pensamiento y del olvido ha perecido, es la pura liberación. Está desprovista de *pramada* [olvido del Sí mismo], lo cual es la causa del nacimiento-y-muerte[9].

Pregunta: ¿Cómo ha de ser destruido el ego?.

Respuesta: Atrape al ego primero y entonces pregunte cómo ha de ser destruido. ¿Quién hace la pregunta?. Es el ego. Esta pregunta es un medio seguro de mimar al ego y no de matarlo. Si usted busca al ego encontrará que no existe. Esa es la vía para destruirlo[10].

Pregunta: ¿Cómo se hace la realización posible?.

Repuesta: Hay un Sí mismo absoluto del cual procede una chispa como de un fuego. La chispa es llamada el ego. En el caso de un hombre ignorante la chispa se identifica a sí misma con un objeto simultáneamente con su surgimiento. No puede permanecer independiente de tal asociación con los objetos. La asociación es *ajnana* o ignorancia y su destrucción es el objeto de nuestros esfuerzos. Si se mata su tendencia objetificante entonces permanece pura, y se sumerge dentro de la fuente. La identificación con el cuerpo es *dehatma buddhi* [la idea «yo soy el cuerpo»]. Esta debe partir antes de que vengan los buenos resultados.

El «Yo» en su pureza se experimenta en intervalos entre los dos estados o dos pensamientos. El ego es como esa oruga que deja su presa solamente después de atrapar otra. Su verdadera naturaleza sólo puede encontrarse cuando está fuera de contacto con los objetos o pensamientos[11].

Este ego fantasmal que está desprovisto de forma viene a la existencia atrapando una forma; atrapando una forma dura; alimentando las formas que atrapa se expande cada vez más; al dejar una forma atrapa otra forma, pero cuando es buscado por ella emprende la huida.

Solamente si existe esa primera persona, el ego, en la forma «yo soy el cuerpo», existirán la segunda y la tercera personas [tú, él, ellos, etc.]. Si escrutando la verdad de la propia primera persona de uno se destruye la primera persona, cesarán de existir la segunda y la tercera personas, y la propia naturaleza de uno, la cual brillará entonces como única, será verdaderamente el estado del Sí mismo[12].

El pensamiento «yo soy este cuerpo de carne y sangre» es el hilo único sobre el cual se ensartan la multitud de los demás pensamientos. Por lo tanto, si nosotros nos volvemos hacia adentro indagando «¿Dónde está este yo?» todos los pensamientos (incluyendo el pensamiento «yo») acabarán y el conocimiento de Sí mismo brillará entonces espontáneamente[13].

Pregunta: Cuando leo las obras de Sri Bhagavan encuentro que se dice que la investigación es el único método para la realización.

Respuesta: Sí, eso es *vichara* [indagarse a sí mismo].

Pregunta: ¿Cómo ha de hacerse eso?.

Repuesta: El indagador debe admitir la existencia de su Sí mismo. «Yo soy» es la realización. Seguir el rastro hasta la realización es *vichara*. *Vichara* y realización son lo mismo.

Pregunta: Eso es elusivo. ¿Sobre qué tengo que meditar?.

Respuesta: La meditación requiere un objeto sobre el cual meditar, mientras que en *vichara* hay solamente el sujeto sin el objeto. La meditación difiere de *vichara* en este punto.

Pregunta: ¿No es *dhyana* [la meditación] uno de los procedimientos eficientes para la realización?.

Respuesta: *Dhyana* es la concentración sobre un objeto. Cumple el propósito de mantener apartados los diversos pensamientos y de fijar la mente sobre un único pensamiento, el cual debe desaparecer también antes de la realización. Pero la realización no es nada nuevo que haya que adquirir. Está ya

aquí, pero obstruida por una cortina de pensamientos. Todos nuestros intentos están dirigidos a levantar esta cortina y entonces la realización se revela.

Si a los buscadores se les aconseja meditar, muchos de ellos pueden irse satisfechos con el consejo. Pero alguno de entre ellos puede volverse y preguntar, «¿Quién soy yo para meditar sobre un objeto?». A ese tal debe decírsele que encuentre el Sí mismo. Eso es la finalidad. Eso es *vichara*.

Pregunta: ¿Funcionará *vichara* sólo en la ausencia de la meditación?.

Respuesta: *Vichara* es el proceso y la meta también. «Yo soy» es la meta y la realidad final. Aferrarse a ello con esfuerzo es *vichara*. Cuando es espontáneo y natural es la realización[14]. Si se deja a un lado *vichara* (la indagación en sí mismo), lo más eficaz es la *sadhana* (meditación), no hay ningún otro medio adecuado, cualquiera que sea, para hacer que la mente se sumerja. Si se hace que se sumerja por otros medios, permanecerá como si estuviera sumergida pero surgirá de nuevo[15]. La indagación en sí mismo es el único medio infalible, el único medio directo, para realizar el ser absoluto, incondicionado que usted realmente es.

Pregunta: ¿Por qué sólo la indagación en sí mismo debe ser considerada el medio directo a *jnana*?.

Respuesta: Debido a que todo tipo de *sadhana* excepto la *atma-vichara* [la indagación de sí mismo] presupone la atención de la mente como el instrumento que lleva a cabo la *sadhana*, y sin la mente no puede ser practicada. El ego puede tomar formas diferentes y cada vez más sutiles en las diferentes etapas de la propia práctica de uno, pero él mismo nunca es destruido.

Cuando Janaka exclamó, «Ahora he descubierto al ladrón que ha estado arruinándome todo el tiempo. Será tratado sumariamente», el rey estaba refiriéndose en realidad al ego o a la mente.

Pregunta: Pero el ladrón puede ser aprehendido por las otras *sadhanas* también.

Respuesta: El intento de destruir al ego o la mente por medio de otras *sadhanas* que no sea *atma-vichara* es lo mismo que el ladrón que pretende ser un policía para atrapar al ladrón, es decir, a él mismo. Sólo *atma-vichara* puede revelar la verdad de que ni el ego ni la mente existen realmente, y permitirle a uno realizar el ser puro, indiferenciado del Sí mismo o lo absoluto.

Habiendo realizado el Sí mismo, no queda nada que conocer, debido a que es perfecta felicidad, es el todo[16].

Pregunta: ¿Por qué es la indagación de sí mismo más directa que los demás métodos?.

Respuesta: La atención al propio Sí mismo de uno, el cual está siempre brillando como «Yo», la realidad una, pura e indivisa, es la única barca con la cual el individuo, que está engañado pensando «yo soy el cuerpo», puede cruzar el océano de los nacimientos sin fin[17].

La realidad es simplemente la pérdida del ego. Destruya el ego buscando su identidad. Debido a que el ego no es ninguna entidad se desvanecerá automáticamente y la realidad brillará por sí misma. Este es el método directo, mientras que todos los demás métodos se hacen solamente reteniendo el ego. En esas vías surgen muchas dudas y finalmente queda por hacer frente a la eterna pregunta de «¿Quién soy yo?». Pero en este método la pregunta final es la única y se suscita desde el comienzo. Ninguna *sadhana* es necesaria para entregarse a esta búsqueda.

No hay ningún misterio más grande que éste —que siendo la realidad nosotros buscamos ganar la realidad. Nosotros pensamos que hay algo ocultando nuestra realidad y que debe ser destruido antes de que la realidad sea ganada. Es ridículo. Vendrá un día en que usted se reirá de usted mismo por sus pasados esfuerzos. Eso que estará presente el día en que usted se ría está también aquí y ahora[18].

CAPÍTULO 5. INDAGARSE A SÍ MISMO — PRÁCTICA

Los principiantes de la indagación de sí mismo eran aconsejados por Sri Ramana a poner su atención sobre la sensación interior de «yo» y a retener esa sensación tanto como fuera posible. Se les decía que si su atención era distraída por otros pensamientos debían volver de nuevo a la consciencia del pensamiento «yo» siempre que se dieran cuenta de que su atención se había extraviado. Sri Ramana sugería diversas ayudas para asistir a este procedimiento —uno podía preguntarse a uno mismo «¿Quién soy yo?» o «¿De dónde viene este yo?»— pero la meta última era ser continuamente consciente del «yo» que asume que es responsable de todas las actividades del cuerpo y de la mente.

En las primera etapas de la práctica la atención a la sensación «yo» es una actividad mental que toma la fuerza de un pensamiento o una percepción. Según se desarrolla la práctica el pensamiento «yo» da paso a una sensación de «yo» experimentada subjetivamente, y cuando esta sensación cesa de conectarse y de identificarse con los pensamientos y los objetos se desvanece completamente. Lo que queda es una experiencia de ser en la cual el sentido de individualidad ha cesado de operar temporalmente. La experiencia puede ser intermitente al comienzo pero con la práctica repetida deviene cada vez más fácil de alcanzar y de mantener. Cuando la indagación en sí mismo alcanza este nivel hay una consciencia de ser sin esfuerzo en la cual el esfuerzo individual ya no es posible puesto que el «yo» que hace el esfuerzo ha cesado de existir temporalmente. No es la realización de Sí mismo puesto que el pensamiento «yo» se reafirma a sí mismo periódicamente pero es el nivel de práctica más elevado. La repetida experiencia de este estado de ser debilita y destruye los *vasanas* (tendencias mentales), los cuales hacen que surja el pensamiento «yo», y,

cuando su dominio se ha debilitado suficientemente, el poder del Sí mismo destruye las tendencias residuales tan completamente que el pensamiento «yo» jamás surge de nuevo. Este es el estado final e irreversible de la realización de Sí mismo.

Esta práctica de la atención a sí mismo o consciencia del pensamiento «yo» es una apacible técnica que deja a un lado los métodos represivos usuales de control de la mente. No es un ejercicio de concentración, ni se propone tampoco la supresión de los pensamientos; invoca meramente la consciencia (*awareness*) de la fuente de la cual brota la mente. El método y la meta de la indagación de sí mismo es morar en la fuente de la mente y ser consciente de lo que uno realmente es, retirando la atención y el interés de lo que uno no es. En las primeras etapas, el esfuerzo, en la forma de la transferencia de la atención desde los pensamientos al pensador, es esencial, pero una vez que la consciencia de la sensación «yo» se ha establecido firmemente, más esfuerzo es contraproductivo. Desde entonces en adelante es más un proceso de ser que de hacer, de ser sin esfuerzo más bien que de un esfuerzo por ser.

Ser lo que uno ya es, es sin esfuerzo puesto que la eseidad está siempre presente y siempre se experimenta. Por otra parte, pretender ser lo que uno no es (es decir, el cuerpo y la mente) requiere un continuo esfuerzo mental, aunque este esfuerzo está casi siempre en un nivel por debajo de lo consciente. Se sigue por lo tanto que en las etapas más elevadas de la indagación de sí mismo el esfuerzo aporta la atención de la experiencia de ser, mientras que la cesación del esfuerzo mental la revela. En último recurso, el Sí mismo no se descubre como un resultado de hacer nada, sino solamente siendo. Como Sri Ramana mismo señaló una vez:

> «No medite — ¡sea!
> No piense que usted es — ¡sea!
> No piense sobre el ser — ¡usted es!»[1].

La indagación de sí mismo no debe ser considerada como una práctica de meditación que tiene lugar en ciertas horas y en

ciertas posiciones; debe mantenerse a todo lo largo de las horas de la vigilia de uno, independientemente de lo que uno esté haciendo. Sri Ramana no veía ningún conflicto entre el trabajo y la indagación de sí mismo y mantenía que con un poco de práctica podía hacerse bajo cualesquiera circunstancias. A veces decía que los períodos regulares de práctica formal eran buenos para los principiantes, pero nunca abogaba por largos períodos de meditación sentado y siempre mostraba su desaprobación cuando alguno de sus devotos expresaba un deseo de abandonar sus actividades mundanales en favor de una vida meditativa.

Pregunta: Usted dice que uno puede realizar el Sí mismo por una búsqueda de él. ¿Cuál es el carácter de esta búsqueda?.

Respuesta: Usted es la mente o piensa que usted es la mente. La mente no es nada más que pensamientos. Ahora, detrás de cada pensamiento particular hay un pensamiento general, el cual es el «yo», es decir usted mismo. Llamemos a este «yo» el primer pensamiento. Adhiérase a este pensamiento «yo» e indáguelo para descubrir lo que es. Cuando esta indagación prende con fuerza en usted, usted no puede pensar en otros pensamientos.

Pregunta: Cuando hago esto y me aferro a mí mismo, es decir, al pensamiento «yo», hay otros pensamientos que vienen y van, pero yo me digo a mí mismo «¿Quién soy yo?» y no surge ninguna respuesta. Estar en esta condición es la práctica. ¿No es así?.

Respuesta: Esta es una equivocación que las gentes cometen a menudo. Lo que acontece cuando usted hace una indagación seria en el Sí mismo es que el pensamiento «yo» desaparece y algo proveniente de las profundidades se apodera de usted, y eso no es el «yo» que comenzó la indagación.

Pregunta: ¿Qué es este algo?.

Respuesta: Eso es el Sí mismo real, el significado de «yo». No es el ego. Es el ser supremo mismo.

Pregunta: Usted ha dicho a menudo que se debe rechazar los otros pensamientos cuando comienza la búsqueda pero los pensamientos son inacabables. Si se rechaza un pensamiento, viene otro y parece no haber ningún fin en absoluto.

Respuesta: Yo no digo que usted deba continuar rechazando los pensamientos. Aférrese a usted mismo, es decir, al pensamiento «yo». Cuando su interés le lleve a usted a esa única idea, los demás pensamientos serán rechazados automáticamente y se desvanecerán.

Pregunta: ¿Y de este modo el rechazo de los pensamientos no es necesario?.

Respuesta: No. Puede ser necesario durante un tiempo o para alguna persona. Usted imagina que no hay ningún fin si uno continúa rechazando cada pensamiento cuando surge. No es verdad, hay un fin. Si usted está vigilante y hace un enérgico esfuerzo para rechazar cada pensamiento cuando surge pronto encontrará que usted profundiza cada vez más dentro de su propio sí mismo interior. En ese nivel no es necesario hacer ningún esfuerzo para rechazar los pensamientos.

Pregunta: ¿Entonces es posible ser sin esfuerzo, sin tensión?.

Respuesta: No solamente eso, a usted le es imposible hacer un esfuerzo más allá de un cierto punto.

Pregunta: Yo quiero además ser iluminado. ¿Debo intentar no hacer ningún esfuerzo en absoluto?.

Respuesta: Aquí le es imposible a usted ser sin esfuerzo. Cuando usted va más profundamente, le es imposible a usted hacer ningún esfuerzo[2].

Si la mente deviene introvertida a través de la indagación dentro de la fuente de *aham-vritti* [el pensamiento «yo»], los *vasanas* [las tendencias mentales] se extinguen. La luz del Sí mismo cae sobre los *vasanas* y produce el fenómeno de reflexión que nosotros llamamos la mente. Así pues, cuando los *vasanas* se extinguen la mente también desaparece, siendo absorbida dentro de la luz de la realidad una, el Corazón.

Esto es la suma y substancia de todo lo que un aspirante necesita saber. Lo que se requiere de él imperativamente es una indagación asidua e intencional dentro de la fuente del *aham-vritti* [el pensamiento «yo»][3].

Pregunta: ¿Cómo debe comenzar esta práctica un principiante?.

Respuesta: La mente se sumergirá solamente por medio de «¿Quién soy yo?». El pensamiento «¿Quién soy yo?», habiendo destruido todos los demás pensamientos, finalmente se destruirá a sí mismo al igual que el palo usado para atizar la pira funeraria. Si surgen otros pensamientos uno debe, sin intentar completarlos, indagar «¿A quién surgen?». ¿Qué importa si surgen muchos pensamientos?. En el momento mismo en que cada pensamiento surge, si uno indaga vigilantemente «¿A quién ha surgido?», se sabrá «A mí». Si uno indaga entonces «¿Quién soy yo?», la mente se volverá hacia su fuente [el Sí mismo] y el pensamiento que había surgido también se sumergirá. Practicando así repetidamente, el poder de la mente para morar en su fuente aumenta.

Aunque las tendencias hacia los objetos de los sentidos [*vishaya vasanas*], las cuales han estado recurriendo a través de las edades, surgen innumerables como las olas del océano, todas ellas perecerán a medida que la meditación sobre la propia naturaleza de uno deviene cada vez más intensa. Sin dar respiro al pensamiento de duda, «¿Es posible destruir todas estas tendencias [*vasanas*] y permanecer como el Sí mismo solo?», uno debe aferrarse persistentemente a la atención de sí mismo.

Mientras hay tendencias hacia los objetos de los sentidos en la mente, la indagación «¿Quién soy yo?» es necesaria. Tan pronto como surgen los pensamientos, uno debe aniquilarlos a todos ellos por medio de la indagación en el acto en su mismo lugar de origen. No seguir a lo que-es-otro [*anya*] es no-apego [*vairagya*] o no-deseo [*nirasa*]. No dejar el Sí mismo es conocimiento [*jnana*]. En verdad, estos dos [no-deseo y conocimiento] son uno y lo mismo. Lo mismo que un buscador de perlas, atando una piedra a su cintura, se hunde en el mar y

toma la perla que yace en el fondo, así también cada uno, sumergiéndose profundamente dentro de sí mismo con el no-apego, puede alcanzar la perla del Sí mismo. Si uno recurre ininterrumpidamente al recuerdo de su propia naturaleza real [*swarupa-smarana*] hasta que alcanza el Sí mismo, sólo eso será suficiente.

Sólo indagar «¿Quién soy yo que está en esclavitud?» y conocer la propia naturaleza real de uno [*swarupa*] es liberación. Mantener siempre la mente fija sólo en el Sí mismo se llama «indagación de sí mismo» [*vichara*], mientras que la meditación [*dhyana*] es pensar que uno mismo es lo absoluto [*Brahman*], lo cual es existencia-consciencia-felicidad [*sat-chit-ananda*][4].

Pregunta: Los *yoguis* dicen que uno debe renunciar a este mundo y partir al interior de junglas apartadas si se quiere encontrar la verdad.

Respuesta: No hay necesidad de renunciar a la vida de acción. Si usted medita durante una hora o dos cada día usted puede entonces continuar con sus deberes. Si usted medita en la manera correcta entonces la corriente de mente inducida continuará fluyendo incluso en medio de su trabajo. Es como si hubiera dos maneras de expresar la misma idea; la misma línea que usted tome en la meditación se expresará en sus actividades.

Pregunta: ¿Cuál será el resultado de hacer eso?.

Respuesta: En la medida en que usted lo haga encontrará que su actitud hacia las gentes, los aconteceres y los objetos cambia gradualmente. Sus acciones tenderán a seguir a sus meditaciones por sí solas.

Pregunta: ¿Entonces usted no está de acuerdo con los yoguis?.

Respuesta: Un hombre debe renunciar a la egoismidad personal, la cual le ata a este mundo. Abandonar el sí mismo falso es la verdadera renuncia.

Pregunta: ¿Cómo es posible devenir no-egoísta mientras se lleva una vida de actividad mundanal?.

Respuesta: No hay ningún conflicto entre trabajo y sabiduría.

Pregunta: ¿Quiere usted decir que uno puede continuar todas las viejas actividades en su profesión, por ejemplo, y al mismo tiempo obtener la iluminación?.

Respuesta: ¿Por qué no?. Pero en ese caso uno no pensará que es la vieja personalidad la que está haciendo el trabajo, debido a que la consciencia de uno se transferirá gradualmente hasta centrarse en eso que está más allá del pequeño sí mismo.

Pregunta: Si una persona tiene que trabajar, le quedará muy poco tiempo para meditar.

Respuesta: Tener un tiempo aparte para la meditación es solamente para los novicios espirituales. Un hombre que está avanzando comenzará a saborear la beatitud más profunda bien esté trabajando o no. Mientras sus manos están en sociedad, mantiene su cabeza en fresca soledad.

Pregunta: ¿Entonces usted no enseña la vía del yoga?.

Respuesta: El yogui intenta empujar su mente hacia la meta, como un vaquero conduce un toro con una vara, pero en esta vía el buscador atrae el tesoro sosteniendo delante de él un manojo de hierba.

Pregunta: ¿Cómo se hace eso?.

Respuesta: Usted tiene que hacerse a usted mismo la pregunta «¿Quién soy yo?». Esta investigación le conducirá al fin al descubrimiento de algo dentro de usted que está detrás de la mente. Resuelva ese gran problema y usted resolverá todos los demás problemas[5].

Pregunta: En la búsqueda del «yo» no hay nada que ver.

Respuesta: Debido a que usted está acostumbrado a identificarse a usted mismo con el cuerpo y a la visión con los ojos, por eso mismo usted dice que no ve nada. ¿Qué hay que ver? ¿Quién tiene que ver? ¿Cómo ver?. Hay solamente una única consciencia, la cual, manifestándose como el pensamiento «yo», se identifica a sí misma con el cuerpo, se proyecta a sí misma a través de los ojos y ve los objetos de alrededor. El individuo está limitado en el estado de vigilia y espera ver algo diferente. La evidencia de sus sentidos será el sello de la autoridad. Pero no admitirá que el veedor, lo visto y la visión son todos manifestaciones de la misma consciencia —a saber,

«yo, yo». La contemplación le ayuda a uno a rebasar la ilusión de que el Sí mismo debe ser visual. En verdad, no hay nada visual. ¿Cómo siente usted el «yo» ahora? ¿Tiene usted un espejo ante usted para conocer su propio ser?. La presencia consciencial (*awareness*) es el «yo». Realícelo y eso es la verdad.

Pregunta: Al indagar dentro del origen de los pensamientos hay una percepción de «yo». Pero no me satisface.

Respuesta: Completamente justo. La percepción de «yo» está asociada con una forma, quizás el cuerpo. No debe haber nada asociado con el puro Sí mismo. El Sí mismo es la realidad pura, inasociada, en cuya luz brillan el cuerpo y el ego. Cuando callan todos los pensamientos la pura consciencia permanece.

Justo al despertar del sueño profundo y antes de devenir consciente del mundo hay ese puro «yo, yo». Aférrese al él sin dormir o sin permitir que los pensamientos le posean. Si eso se sujeta firmemente no importa si se ve el mundo [o no]. El veedor permanece inafectado por los fenómenos[6].

¿Qué es el ego?. Indague. El cuerpo es insenciente y no puede decir «yo». El Sí mismo es pura consciencia y no-dual. No puede decir «yo». Nadie dice «yo» en el sueño profundo. ¿Qué es el ego entonces?. Es algo intermedio entre el cuerpo inerte y el Sí mismo. No tiene ningún *locus standi* [ningún lugar de morada]. Si es buscado se desvanece como un fantasma. Por la noche un hombre puede imaginar que hay un fantasma cerca de él debido al juego de las sombras. Si mira más de cerca descubre que el fantasma no está realmente allí, y que lo que imaginaba que era un fantasma era meramente un árbol o un poste. Si no mira más de cerca el fantasma puede aterrorizarle. Todo lo que se requiere es mirar de cerca y el fantasma se desvanecerá. El fantasma nunca estuvo allí. Así ocurre también con el ego. Es un lazo intangible entre el cuerpo y la pura consciencia. No es real. Mientras uno no lo mira de cerca, continúa dando problemas. Pero cuando uno lo busca, se encuentra que no existe.

Hay otra historia que ilustra esto. En las ceremonias del matrimonio Hindú las fiestas a menudo se prolongan durante

cinco o seis días. En una de estas ocasiones un extraño fue tomado equivocadamente por el mejor hombre de los invitados de la novia y consecuentemente le trataron con especial consideración. Viendo que se le trataba con especial consideración entre los invitados de la novia, los invitados del novio consideraron que debía ser un hombre importante emparentado con la familia de la novia y por lo tanto le mostraron también especial respeto. El extraño estuvo encantando con la situación durante un tiempo. Por otra parte, estaba enteramente al corriente de la situación real. En una ocasión la familia del novio quiso referirse a él sobre algún punto y de esta manera preguntaron a la familia de la novia sobre él. Inmediatamente él captó el problema y se esfumó. Así ocurre con el ego. Si se le busca, desaparece. Si no se le busca, continúa dando problemas[7].

Pregunta: Si intento hacer la indagación «¿Quién soy yo?», me quedo dormido. ¿Qué debo hacer?.

Respuesta: Persista en la indagación a todo lo largo de sus horas de vigilia. Eso será completamente suficiente. Si usted se mantiene haciendo la indagación hasta que cae dormido, la indagación continuará también durante el sueño. Reemprenda la indagación nuevamente tan pronto como se despierte[8].

Pregunta: ¿Cómo puedo obtener la paz?. No parezco obtenerla a través de *vichara*.

Respuesta: La paz es su estado natural. Es la mente la que obstruye el estado natural. Si usted no experimenta la paz ello quiere decir que su *vichara* [indagación] ha sido hecha solamente en la mente. Investigue lo que la mente es, y desaparecerá. No hay ninguna cosa tal como la mente aparte del pensamiento. Sin embargo, debido a la emergencia del pensamiento, usted supone algo desde lo cual emerge y llama a eso la mente. Cuando usted sondea para ver lo que es, encuentra que realmente no hay ninguna cosa tal como la mente. Cuando la mente se ha desvanecido así, usted realiza la paz eterna[9].

Pregunta: Cuando me entrego a la indagación de la fuente de la cual brota el «yo», llego a una etapa de quietud de mente más

allá de la cual me encuentro a mí mismo incapaz de seguir adelante. No tengo ningún pensamiento de ninguna especie y hay una vacuidad, un vacío. Una tenue luz lo penetra todo y siento que es mí mismo sin cuerpo. No tengo ni cognición ni visión de cuerpo ni de forma. La experiencia dura cerca de media hora y es agradable. ¿Sería correcto concluir que todo lo que se necesita para asegurar la felicidad eterna, que es la liberación o la salvación o como se la quiera llamar, es continuar la práctica hasta que esta experiencia pueda ser mantenida durante horas, días y meses sin parar?.

Respuesta: Esto no significa la salvación. A tal condición se la llama *manolaya* o quietud de pensamiento temporaria. *Manolaya* significa concentración, que detiene temporalmente el movimiento de los pensamientos. Tan pronto como esa concentración cesa, los pensamientos, viejos y nuevos, se activan como de costumbre; y aunque esta calma temporal de la mente durara un millar de años, nunca conduciría a la destrucción total del pensamiento, lo cual es lo que se llama la liberación del nacimiento y de la muerte. El practicante debe estar por lo tanto siempre alerta e indagar dentro sobre quién tiene esta experiencia, sobre quién se da cuenta de su agradabilidad. Sin esta indagación entrará en un largo trance o sueño profundo [*yoga nidra*]. Debido a la ausencia de un adecuado guía en esta etapa de la práctica espiritual, muchos se han engañado y han caído presas de un falso sentido de liberación y solamente unos pocos se las han arreglado para alcanzar la meta sanos y salvos.

La siguiente historia ilustra este punto muy bien. Un yogui estuvo haciendo accesis [*tapas*] durante un número de años a la orilla del Ganges. Cuando hubo alcanzado un elevado grado de concentración, creyó que la continuación de aquel estado durante prolongados períodos constituía la liberación y así lo practicaba. Un día, antes de entrar en concentración profunda, sintió sed y llamó a su discípulo para que le trajera agua para beber del Ganges. Pero antes de que el discípulo llegara con el agua, el yogui había entrado en *yoga nidra* [trance] y así permaneció en aquel estado durante incontables años, tiempo

durante el cual corrió mucha agua por debajo del puente. Cuando se despertó de esta experiencia inmediatamente exclamó «¡Agua, agua!», pero ante su vista no estaban ni su discípulo ni el Ganges.

La primera cosa que pidió fue agua debido a que, antes de entrar en concentración profunda, el estrato más somero del pensamiento en su mente era el agua y por la concentración, por profunda y prolongada que pudiera haber sido, él sólo había sido capaz de aquietar temporalmente sus pensamientos. Cuando recuperó la consciencia este pensamiento más somero surgió con todo el empuje y la fuerza de una inundación que rompe los diques. Si éste es el caso con respecto a un pensamiento somero que tomó forma inmediatamente antes de que él se sentara para la meditación, ¿hay alguna duda de que los pensamientos que habían enraizado con anterioridad permanecerían también sin aniquilar?. Si la aniquilación de los pensamientos es la liberación, ¿puede decirse que el yogui había alcanzado la salvación?.

Los *sadhakas* [buscadores] raramente comprenden la diferencia entre este aquietamiento temporal de la mente [*manolaya*] y la destrucción permanente de los pensamientos [*manomasa*]. En *manolaya* hay una submersión temporal de las olas de los pensamientos, y aunque este período temporal puede durar inclusive un millar de años, los pensamientos, los cuales se han aquietado así temporalmente, emergen de nuevo tan pronto como cesa la *manolaya*. Se debe observar por lo tanto el propio progreso espiritual de uno cuidadosamente. Uno no debe permitirse ser dominado por tales raptos de quietud de pensamiento. En el momento en que se experimenta esto, uno debe revivir la consciencia e indagar dentro sobre quién es quien experimenta esta quietud. Sin permitir que ningún pensamiento se cuele de intruso, al mismo tiempo uno no debe ser dominado por este sueño profundo [*yoga nidra*] o auto-hipnotismo. Aunque esto es un signo de progreso hacia la meta, no obstante es también el punto donde tiene lugar la divergencia entre la vía hacia la liberación y el *yoga-nidra*. La vía fácil, la vía directa, el atajo más corto hacia la salvación es el

método de la indagación. Por una tal indagación [*vichara*], usted llevará la fuerza del pensamiento cada vez más profundamente hasta que alcance su fuente y se sumerja en ella. Es entonces cuando usted tendrá la respuesta desde dentro y encontrará que usted mora ahí, destruyendo todos los pensamientos, de una vez por todas[10].

Pregunta: Este pensamiento «yo» surge de mí. Pero yo no conozco el Sí mismo.

Respuesta: Todos éstos son solamente conceptos mentales. Usted está ahora identificándose con el «yo» erróneo, el cual es el pensamiento «yo». Este pensamiento «yo» emerge y se sumerge, mientras que la verdadera significación de «Yo» está más allá de ambos. No puede haber ninguna ruptura en su ser. El usted que dormía es también el usted que está ahora despierto. No hay ninguna infelicidad en su sueño profundo mientras que ahora sí la hay. ¿Qué es lo que ha ocurrido ahora para que se experimente esta diferencia?. No había ningún pensamiento «yo» en su sueño profundo, mientras que está presente ahora. El verdadero «Yo» no es visible mientras que el falso «yo» está a la vista. Este falso «yo» es el obstáculo a su conocimiento correcto. Descubra de dónde surge este falso «yo». Entonces desaparecerá. Usted será entonces solamente lo que usted es, es decir, ser absoluto.

Pregunta: ¿Cómo hacerlo?. Hasta ahora no lo he logrado.

Respuesta: Busque la fuente del pensamiento «yo». Eso es todo lo que uno tiene que hacer. El universo existe a cuenta del pensamiento «yo». Si el pensamiento «yo» acaba, la miseria se acaba también. El falso «yo» acaba solamente cuando se busca su fuente.

Las gentes a menudo preguntan cómo se controla la mente. Yo les digo, «Muéstreme la mente y entonces usted sabrá que hacer». El hecho es que la mente es solamente un paquete de pensamientos. ¿Cómo puede usted extinguirlo por el pensamiento de hacerlo o por un deseo?. Sus pensamientos y deseos son parte y parcela de la mente. La mente simplemente engorda más con los nuevos pensamientos que surgen. Por lo tanto es necio intentar matar la mente por medio de la mente.

La única manera de hacerlo es encontrar su fuente y hacerse con ella. La mente entonces se esfumará por sí sola. El yoga enseña *chitta vritti nirodha* [el control de las actividades de la mente]. Pero yo digo *atma vichara* [indagación de sí mismo]. Esta es la vía práctica. *Chitta vritti nirodha* [el control de las actividades mentales] tiene lugar en el sueño profundo, en el desvanecimiento, y en la inanición por hambre. Tan pronto como se quita la causa hay un recrudecimiento de los pensamientos. ¿De qué utilidad es entonces?. En el estado de estupor hay paz y ninguna miseria. Pero la miseria vuelve de nuevo cuando el estupor desaparece. De modo que *nirodha* [control, suspensión] es inútil y no puede constituir un beneficio duradero.

¿Cómo puede entonces hacerse el beneficio duradero?. Encontrando la causa de la miseria. La miseria se debe a la percepción de los objetos. Si no están aquí, no habrá ningún pensamiento contingente y así la miseria se esfuma. «¿Cómo dejarán de ser los objetos?» es la siguiente pregunta. Las *srutis* [escrituras] y los sabios dicen que los objetos son solamente creaciones mentales. No tienen ningún ser substancial. Investigue el asunto y verifique la verdad de la afirmación. El resultado será la conclusión de que el mundo objetivo está en la consciencia subjetiva. El Sí mismo es así la única realidad que penetra y al mismo tiempo envuelve el mundo. Puesto que no hay ninguna dualidad, ningún pensamiento surgirá para perturbar su paz. Esto es la realización de sí mismo. El Sí mismo es eterno y así también es la realización.

Abhyasa [la práctica espiritual] consiste en retirarse dentro del Sí mismo cada vez que usted es perturbado por el pensamiento. No es la concentración o la destrucción de la mente sino la retirada dentro del Sí mismo[12].

Pregunta: ¿Por qué la concentración es inefectiva?.

Respuesta: Pedir que la mente mate a la mente es como hacer del ladrón un policía. Irá con usted y pretenderá atrapar al ladrón, pero no se ganará nada. De modo que usted debe volverse hacia dentro y ver de dónde surge la mente y entonces ella dejará de existir.

Pregunta: Al volver la mente hacia dentro, ¿no estamos todavía empleando la mente?.

Respuesta: Por supuesto estamos empleando la mente. Es bien sabido y admitido que sólo con la ayuda de la mente puede ser matada la mente. Pero en lugar de ponernos manos a la obra diciendo que hay una mente, y que yo quiero matarla, usted comienza buscando la fuente de la mente, y encuentra que la mente no existe en absoluto. La mente, vuelta hacia fuera, resulta en pensamientos y objetos. Vuelta hacia adentro, deviene ella misma el Sí mismo[13].

Pregunta: Aún así, no comprendo. «Yo», dice usted, es el «yo» erróneo ahora. ¿Cómo eliminar el «yo» erróneo?.

Respuesta: Usted no necesita eliminar el «yo» erróneo. ¿Cómo puede el «yo» eliminarse a sí mismo?. Todo lo que usted necesita hacer es descubrir su origen y morar ahí. Sus esfuerzos pueden extenderse solamente hasta ahí. Entonces el más allá tomará el relevo por sí mismo. Usted no puede hacer nada ahí. Ningún esfuerzo puede alcanzarlo.

Pregunta: Si «yo» soy siempre, aquí y ahora, ¿por qué no lo siento así?.

Respuesta: Eso es. ¿Quién dice que no se siente? ¿Lo dice el «Yo» real o el «yo» falso?. Examínelo. Usted encontrará que es el «yo» falso. El «yo» falso es la obstrucción. Tiene que retirarse a fin de que el «Yo» verdadero no se mantenga oculto. El sentimiento de que yo no he realizado es la obstrucción a la realización. De hecho está ya realizado y no hay nada más que realizar. De otro modo, la realización será algo nuevo. Si no ha existido hasta aquí, debe tener lugar en el futuro. Lo que nace también morirá. Si la realización no es eterna no merece ser tenida. Por lo tanto lo que nosotros buscamos no es nada que deba acontecer de nuevas. Es solamente eso que es eterno pero que no conocemos debido a las obstrucciones. Es eso lo que nosotros buscamos. Todo lo que necesitamos hacer es quitar la obstrucción. Eso que es eterno no se sabe que se es debido a la ignorancia. La ignorancia es la obstrucción. Rebase la ignorancia y todo estará bien.

La ignorancia es idéntica con el pensamiento «yo». Encuentre su fuente y se desvanecerá.

El pensamiento «yo» es como un espíritu que, aunque no es palpable surge simultáneamente con el cuerpo, florece y desaparece con él. La consciencia del cuerpo es el «yo» erróneo. Abandone esta consciencia del cuerpo. Se hace buscando la fuente del «yo». El cuerpo no dice «yo soy». Es usted quien dice, «yo soy el cuerpo». Descubra quién es este «yo». Al buscar su fuente se desvanecerá[14].

Pregunta: ¿Cuánto tiempo puede la mente estar o mantenerse en el Corazón?.

Respuesta: El período se extiende con la práctica.

Pregunta: ¿Qué acontece al final del período?.

Respuesta: La mente retorna al estado normal presente. La unidad en el Corazón es reemplazada por una variedad de fenómenos percibidos. A esto se le llama la mente vertida hacia afuera. A la mente vertida hacia el Corazón se la llama la mente serena.

Cuando se practica diariamente cada vez más de esta manera, la mente deviene extremadamente pura debido a la supresión de sus defectos y la práctica deviene tan fácil que la mente purificada se sumerge en el Corazón tan pronto como se comienza la indagación[16].

Pregunta: ¿Es posible que una persona que ha tenido una vez la experiencia de *sat-chit-ananda* en la meditación se identifique a sí mismo con el cuerpo cuando sale de la meditación?.

Respuesta: Sí, es posible, pero gradualmente pierde la identificación en el curso de su práctica. En la inundación luminosa del Sí mismo la obscuridad de la ilusión se disipa para siempre[17].

La experiencia ganada sin erradicar todos los *vasanas* [tendencias de la mente] no puede permanecer firme. Los esfuerzos deben dirigirse a erradicar los *vasanas*; el conocimiento sólo puede permanecer inconmovible después de que se erradican todos los *vasanas*[18].

Nosotros tenemos que contender contra tendencias mentales muy añejas. Todas partirán. Solamente parten

comparativamente pronto en el caso de aquellos que han hecho *sadhana* en el pasado y más despacio en el caso de los demás.

Pregunta: ¿Estas tendencias parten gradualmente o todas desaparecerán repentinamente un día?. Lo pregunto debido a que aunque he permanecido aquí durante mucho tiempo yo no percibo ningún cambio gradual en mí.

Respuesta: Cuando el sol sale, ¿la obscuridad se va gradualmente o toda a la vez?[19].

Pregunta: ¿Cómo puedo decir si estoy haciendo progresos con mi indagación?.

Respuesta: El grado de la ausencia de pensamientos es la medida de su progreso hacia la realización de Sí mismo. Pero la realización de Sí mismo misma no admite progreso, es siempre la misma. El Sí mismo permanece siempre en realización. Los obstáculos son los pensamientos. El progreso se mide por el grado de eliminación de los obstáculos a la comprensión de que el Sí mismo está siempre realizado. Así pues, los pensamientos deben ser detenidos buscando a quien surgen. De modo que vaya usted a su fuente, donde ellos no surgen.

Pregunta: Siempre están surgiendo dudas. De aquí mi pregunta.

Respuesta. Surge una duda y se aclara. Surge otra y se aclara también, abriendo paso a otra; y así sucesivamente. De modo que no hay ninguna posibilidad de aclarar todas las dudas. Vea a quien surgen las dudas. Vaya a su fuente y more en ella. Sólo entonces cesarán de surgir. Así es como han de aclararse las dudas[20].

Pregunta: ¿Debo continuar preguntando «¿Quién soy yo?» sin responder? ¿Quién pregunta a quién? ¿Cuál *bhavana* [actitud] debe haber en la mente en el tiempo de la indagación? ¿Qué es «Yo», el Sí mismo o el ego?.

Respuesta: En la indagación «¿Quién soy yo?», «yo» es el ego. La pregunta realmente significa, ¿cuál es la fuente o el origen de este ego?. Usted no necesita tener ninguna *bhavana* [actitud] en la mente. Todo lo que se requiere es que usted abandone la *bhavana* [actitud] de que usted es el cuerpo, de tal y cual descripción, con tal y cual nombre, etc. No hay ninguna

necesidad de tener una *bhavana* sobre su naturaleza real. Ella existe como siempre lo ha hecho. Es real, no es ninguna *bhavana*[21].

Pregunta: ¿Pero no es gracioso que el «yo» deba buscar al «Yo»? ¿La indagación «¿Quién soy yo?» no resulta ser al final una fórmula vacía? ¿O tengo que hacerme a mí mismo la pregunta inacabablemente repitiéndola como una especie de *mantra*?.

Respuesta: La indagación de sí mismo no es ciertamente una fórmula vacía y es más que la repetición de cualquier otro *mantra*. Si la indagación «¿Quién soy yo?» fuera una mera interrogación mental, no sería de mucho valor. El verdadero propósito de la indagación de sí mismo es enfocar la totalidad de la mente en su fuente. No es, por lo tanto, un caso de «yo» en busca de otro «yo». Y la indagación de sí mismo es aún mucho menos una fórmula vacía, pues implica una intensa actividad de la totalidad de la mente para mantenerla firmemente equilibrada en la pura presencia de Sí mismo[22].

Pregunta: ¿Es suficiente si paso algún tiempo por las mañanas y algún tiempo por las tardes para este *atma-vichara*?. ¿O debo hacerlo siempre, aunque esté escribiendo o caminando?.

Respuesta: ¿Cuál es su naturaleza real (de usted)? ¿Es escribir, caminar, o ser?. La única realidad inalterable es *ser*. Hasta que usted realice ese estado de puro ser debe proseguir la indagación. Si usted se establece una vez en él ya no habrá más problemas.

Nadie indagará dentro de la fuente de los pensamientos a menos de que los pensamientos surjan. Mientras usted piensa «yo estoy caminando» o «yo estoy escribiendo» indague quién lo hace[23].

Pregunta: Si continuo rechazando los pensamientos, ¿puedo llamarlo *vichara*?.

Respuesta: Puede ser un paso. Pero *vichara* comienza realmente cuando usted se adhiere a su Sí mismo y está fuera del movimiento mental, de las olas del pensamiento.

Pregunta: ¿Entonces *vichara* no es intelectual?.

Respuesta: No, es *antara vichara*, búsqueda interior[24].

Sujetar la mente e investigarla se le aconseja al principiante. ¿Pero qué es la mente después de todo?. Es una proyección del Sí mismo. Vea a quién aparece y de dónde surge. Se encontrará que el pensamiento «yo» es la causa raíz. Vaya más profundamente. El pensamiento «yo» desaparece y hay una consciencia «yo» infinitamente expandida[25].

Pregunta: Yo hice a la Madre en el Ashram de Sri Aurobindo la siguiente pregunta: «Yo puedo mantener mi mente vacía sin que surjan pensamientos a fin de que Dios pueda mostrarse a sí mismo en su verdadero ser. Pero no percibo nada». La respuesta fue de este tenor: «La actitud es correcta. El poder descenderá de arriba. Es una experiencia directa». ¿Debo hacer algo más?.

Respuesta: Sea lo que usted es. No hay nada que descienda o que devenga manifiesto. Todo lo que se necesita es perder el ego. Eso que es está siempre aquí. Inclusive ahora usted es eso. Usted no está apartado de ello. El vacío (de su mente) es visto por usted. Usted está ahí para ver el vacío. ¿Qué espera usted?. El pensamiento, «no he percibido nada», la expectativa de percibir y el deseo de sacar algo , son todos un juego del ego. Usted ha caído en las redes del ego. Todo esto lo dice el ego, no usted. ¡Sea usted mismo y nada más!.

Una vez nacido usted llega a algo. Si usted llega a algo debe restituirlo después. Por lo tanto abandone toda esta verbosidad. Sea lo que usted es. Sea quien es usted y permanezca como el Sí mismo, libre de nacimiento, del ir, del venir y del regresar[26].

Pregunta: ¿Cómo tiene que conocerse el Sí mismo?.

Respuesta: Conocer el Sí mismo significa ser el Sí mismo. ¿Puede usted decir que usted no conoce el Sí mismo?. Aunque usted no puede ver sus propios ojos y aunque no disponga de un espejo para mirarse en él, ¿niega usted la existencia de sus ojos?. Similarmente, usted es consciente (*aware*) del Sí mismo aunque el Sí mismo no es un objeto. O, ¿niega usted su Sí mismo debido a que no es un objeto?. Cuando usted dice «no puedo conocer el Sí mismo», ello significa ausencia en términos de conocimiento relativo, debido a que usted se ha acostumbrado

tanto al conocimiento relativo que usted se identifica a usted mismo con él. Tal identidad errónea ha forjado la dificultad de no conocer el Sí mismo evidente debido a que no puede devenir jamás un objeto. Y entonces usted va y pregunta: «¿Cómo tiene que conocerse el Sí mismo?».

Pregunta: Usted habla de ser. ¿Ser qué?.

Respuesta: Su labor es *ser* y no ser esto o eso. «Yo soy lo que yo soy» resume toda la verdad. El método se resume en las palabras «Sea en quietud». ¿Qué significa en quietud?. Significa destrúyase a usted mismo. Debido a que toda forma o figura es la causa de perturbación. Abandone la noción «yo soy fulano»[27]. Todo lo que requiere para realizar el Sí mismo es estar en quietud. ¿Qué puede ser más fácil que eso?. De aquí que *atma-vidya* [el conocimiento del Sí mismo] es lo más fácil de alcanzar[28].

Sólo la verdad de uno mismo merece ser escrutada y conocida. Tomándola como el blanco de la atención de uno, uno debe conocerla sutilmente en el corazón. Este conocimiento de uno mismo se revela solamente a la consciencia que es silente, clara y libre de la actividad de la agitada y sufriente mente. Sepa que sólo la consciencia que brilla siempre en el Corazón como el Sí mismo sin forma, es «Yo», y que es conocida por el ser en quietud de uno sin pensar en nada como existente o no-existente, es la perfecta realidad[29].

CAPÍTULO 6. INDAGARSE A SÍ MISMO - ERRORES

Los pronunciamientos filosóficos de Sri Ramana eran muy similares a los sostenidos por los seguidores del *vedanta advaita*, una escuela filosófica India que ha florecido durante alrededor de mil años. Sri Ramana y los *advaitinos* están de acuerdo sobre la mayoría de las materias teóricas pero sus actitudes hacia la práctica son radicalmente diferentes. Mientras Sri Ramana aconsejaba la indagación de sí mismo, la mayoría de los maestros *advaiticos* recomendaban un sistema de meditación, el cual afirmaba mentalmente que el Sí mismo era la única realidad. Estas afirmaciones tales como «Yo soy Brahman» o «yo soy él», se usan usualmente como *mantras*, o, más raramente, uno medita sobre su significado e intenta experimentar las implicaciones de la afirmación.

Debido a que la indagación de sí mismo comienza a menudo con la pregunta «¿Quién soy yo?», muchos de los seguidores tradicionales del *advaita* asumían que la respuesta a la pregunta era «yo soy Brahman» y ocupaban sus mentes con las repeticiones de esta solución mental. Sri Ramana criticaba este planteamiento diciendo que mientras que la mente estuviera constantemente dedicada a encontrar o a repetir soluciones a la pregunta jamás se sumergiría dentro de su fuente y desaparecería. Era igualmente crítico por la misma razón, de aquellos que intentaban usar «¿Quién soy yo?» como un *mantra*, diciendo que ambos planteamientos eludían el punto de la indagación de sí mismo. La pregunta «¿Quién soy yo?», decía, no es un invitación a analizar la mente y a llegar a conclusiones sobre su naturaleza, ni es tampoco una fórmula *mántrica*, es simplemente una herramienta que facilita el re-enrutamiento de la atención desde los objetos del pensamiento y de la percepción hacia el pensador y el perceptor de ellos. En la opinión de Sri Ramana, la solución a la pregunta «¿Quién soy yo?» no ha de

ser encontrada en la mente ni por la mente puesto que la única respuesta real es la experiencia de la ausencia de la mente.

Otro error ampliamente extendido surgió de la creencia Hindú de que el Sí mismo podía ser descubierto rechazando mentalmente todos los objetos del pensamiento y de la percepción como no-Sí mismo. Tradicionalmente esto se llama el planteamiento de *neti-neti* [ni esto, ni esto]. El practicante de este sistema rechaza verbalmente todos los objetos con los cuales el «yo» se identifica —«yo no soy la mente», «yo no soy el cuerpo», etc.— con la expectativa de que el «Yo» real será experimentado en su forma no contaminada. El Hinduismo llama a esta práctica «indagación de sí mismo» y, debido a la identidad de nombres, a menudo era confundida con el método de Sri Ramana. La actitud de Sri Ramana hacia este sistema de análisis de sí mismo era enteramente negativa y desanimaba a sus propios seguidores de practicarlo diciéndoles que era una actividad intelectual que no podía llevarles más allá de la mente. En su respuesta común a las preguntas sobre la efectividad de esta práctica decía que el pensamiento «yo» es fortalecido por tales actos de discriminación y que el «yo» que elimina el cuerpo y la mente como «no-yo» jamás pude eliminarse a sí mismo.

Los seguidores de las escuelas «yo soy *Brahman*» y «*neti-neti*» comparten una creencia común de que el Sí mismo puede ser descubierto por la mente, bien sea a través de la afirmación o de la negación. Esta creencia de que la mente puede, por sus propias actividades, alcanzar el Sí mismo, es la raíz de la mayoría de los errores sobre la práctica de la indagación de sí mismo. Un ejemplo clásico de esto es la creencia de que la indagación de sí mismo implica la concentración sobre un centro particular en el cuerpo llamado el centro del Corazón. Este punto de vista ampliamente sostenido resulta de una incomprensión de algunas de las afirmaciones de Sri Ramana sobre el Corazón, y para comprender cómo ha surgido esta creencia será necesario mirar más de cerca algunas de sus ideas sobre el tema.

Al describir el origen del pensamiento «yo» a veces decía que sube al cerebro a través de un canal que comienza desde un centro en el lado derecho del pecho. Llamaba a este centro el centro del Corazón y decía que cuando el pensamiento «yo» se sumerge dentro del Sí mismo retorna adentro del centro del Corazón y desaparece. También decía que cuando el Sí mismo es experimentado conscientemente, hay una consciencia (*awareness*) tangible de que este centro es la fuente tanto de la mente como del mundo. Sin embargo, estas afirmaciones no son estrictamente verdaderas y Sri Ramana a veces las calificaba diciendo que eran solamente representaciones esquemáticas que se daban a aquellas gentes que persistían en identificarse a sí mismos con sus cuerpos. Decía que el Corazón no está realmente localizado en el cuerpo y que desde el punto de vista más alto es igualmente incierto decir que el pensamiento «yo» surge y se sumerge dentro de este centro en el lado derecho del pecho.

Debido a que Sri Ramana decía a menudo «Encuentre el lugar donde el "yo" surge» o «Encuentre la fuente de la mente», muchas gentes interpretaban que estas afirmaciones significaban que debían concentrarse sobre este centro particular mientras se hace la indagación de sí mismo. Sri Ramana rechazó esta interpretación muchas veces diciendo que la fuente de la mente o del «Yo» sólo podía ser descubierta a través de la atención al pensamiento «yo» y no a través de la concentración sobre una parte particular del cuerpo. A veces decía que poner la atención sobre este centro es una buena práctica de concentración, pero nunca lo asoció con la indagación de sí mismo. También dijo ocasionalmente que la meditación sobre el Corazón era una manera efectiva de alcanzar el Sí mismo, pero nuevamente, nunca dijo que esto debía hacerse concentrándose sobre el centro del Corazón. En lugar de eso decía que se debe meditar sobre el Corazón «como es»[1]. El Corazón «como es» no es una localización, es el Sí mismo inmanente y sólo se puede ser consciente de su naturaleza real siéndolo. No puede ser alcanzado por la concentración.

Aunque hay varios comentarios de este tipo, potencialmente ambiguos, sobre el Corazón y el centro del Corazón, en todos sus escritos y conversaciones registradas no hay ni una sola afirmación que apoye la opinión de que la indagación de sí mismo tiene que practicarse concentrándose sobre este centro. De hecho, examinando estrechamente sus afirmaciones sobre el tema sólo se puede concluir que mientras que la experiencia del Sí mismo contiene una consciencia de este centro, la concentración sobre este centro no resultará en la experiencia del Sí mismo.

Pregunta: Yo comienzo a preguntarme a mí mismo «¿Quién soy yo?», a eliminar el cuerpo como no «yo», el soplo como «no yo», y no soy capaz de seguir más adelante.

Respuesta: Bien, eso es todo lo lejos que el intelecto puede ir. Su procedimiento es solamente intelectual. En verdad, todas las escrituras mencionan el procedimiento solamente para guiar al buscador a conocer la verdad. La verdad no puede ser señalada directamente. De aquí este procedimiento intelectual.

Vea usted, el que elimina todos los «no-yo» no puede eliminar el «yo». Para decir «yo no soy esto» o «yo no soy eso» debe haber el «yo». Este «yo» es solamente el ego o el pensamiento «yo». Después del surgimiento de este pensamiento «yo», surgen todos los demás pensamientos. El pensamiento «yo» es por lo tanto el pensamiento raíz. Si se arranca la raíz todos los demás pensamientos son desraizados al mismo tiempo. Por lo tanto busque la raíz «yo», pregúntese a usted mismo «¿Quién soy yo?». Descubra su fuente, y entonces todas las demás ideas se desvanecerán y sólo quedará el puro Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo hacerlo?.

Respuesta: El «Yo» está siempre aquí —en el sueño profundo, en el sueño con sueños y en la vigilia. El que duerme profundamente es el mismo que el que ahora habla. Siempre hay el sentido de «yo». De otro modo, ¿niega usted su existencia?. Usted no lo niega. Usted dice «yo soy». Descubra quién es[2].

Pregunta: Yo medito sobre *neti-neti* [ni esto, ni esto].

Respuesta: No —eso no es meditación. Encuentre la fuente. Usted debe alcanzar la fuente sin falta. El falso «yo» desaparecerá y el «Yo» real se realizará. El primero no puede existir aparte del segundo[3].

Ahora hay la identificación errónea del Sí mismo con el cuerpo, los sentidos, etc. Usted procede a desechar éstos y esto *neti*. Esto puede hacerse solamente aferrándose a lo que no puede ser desechado. Eso es *iti* [eso que es][4].

Pregunta: Cuando pienso «¿Quién soy yo?», viene la respuesta «Yo no soy este cuerpo mortal sino *chaitanya*, *atma* [consciencia, el Sí mismo]». Y repentinamente surge otra pregunta, «¿Por qué *atma* ha entrado en *maya* [la ilusión]?» o en otras palabras, «¿Por qué Dios ha creado este mundo?».

Respuesta: Indagar «¿Quién soy yo?» significa realmente intentar descubrir la fuente del ego o del pensamiento «yo». Usted no tiene que pensar en otros pensamientos, tales como «yo no soy este cuerpo». Buscar la fuente del «yo» sirve como un medio de deshacerse de todos los demás pensamientos. Nosotros no debemos dar cabida a otros pensamientos, tales como usted menciona, sino que debemos mantener la atención fija en el descubrimiento de la fuente del pensamiento «yo» preguntando, según surge cada pensamiento, ¿a quién surge el pensamiento?. Si la respuesta es «a mí» continúe la indagación preguntando «¿quién es este "mí" y cuál es su fuente?»[5].

Pregunta: ¿Tengo que mantenerme repitiendo «¿Quién soy yo?» a fin de hacer un *mantra* de ello?.

Respuesta: No. «¿Quién soy yo?» no es un *mantra*. Significa que usted debe descubrir dónde surge en usted el pensamiento «yo», el cual es la fuente de todos los demás pensamientos[6].

Pregunta: ¿Debo meditar sobre «yo soy *Brahman* [*aham Brahmasmi*]?.

Respuesta: El texto no está hecho para pensar «yo soy *Brahman*». *Aham* [«Yo»] es conocido de todos. *Brahman* mora como *aham* en cada uno. Descubra el «Yo». El «Yo» es ya *Brahman*. Usted no necesita pensarlo. Simplemente descubra el «Yo».

Pregunta: ¿No se menciona en los sastras (escrituras) deshacerse de las envolturas [*neti-neti*]?.

Respuesta: Después de la emergencia del pensamiento «yo» hay la falsa identificación del «yo» con el cuerpo, los sentidos, la mente, etc. «Yo» se asocia erróneamente con ellos y el verdadero «Yo» se pierde de vista. En orden a separar el puro «Yo» del «yo» contaminado, se hace mención de este deshacerse [de las envolturas]. Pero no significa exactamente deshacerse del no-Sí mismo, significa el hallazgo del Sí mismo real. El Sí mismo real es el «Yo» infinito. Ese «Yo» es perfección. Es eterno. No tiene ningún origen ni ningún fin. El otro «yo» nace y también muere. Es impermanente. Vea a quién pertenecen los pensamientos que cambian. Se encontrará que surgen después del pensamiento «yo». Apodérese del pensamiento «yo» y entonces se sumergen. Remonte a la fuente del pensamiento «yo». Sólo quedará el Sí mismo.

Pregunta: Es difícil de seguir. Yo comprendo la teoría. ¿Pero cuál es la práctica?.

Respuesta: Los otros métodos se dirigen a aquellos que no pueden emprender la indagación del sí mismo. Inclusive para repetir *aham Brahmasmi* [yo soy *Brahma*] o para pensar en ello, se necesita alguien que lo haga. ¿Quién es?. Es «Yo». Sea ese «Yo». Es el método directo. Los otros métodos también conducirán en último recurso a cada quien a este método de investigación del Sí mismo.

Pregunta: Yo soy consciente (*aware*) del «Yo». Sin embargo mis penalidades no han acabado.

Respuesta: Este pensamiento «yo» no es puro. Está contaminado con la asociación del cuerpo y los sentidos. Vea para quién es la penalidad. Es para el pensamiento «yo». Apodérese de él. Entonces los otros pensamientos se desvanecen.

Pregunta: ¿No es la afirmación de Dios más efectiva que la pregunta «¿Quién soy yo?»?. La afirmación es positiva, mientras que lo otro es negación. Además, indica separación.

Respuesta: Mientras usted busque saber cómo realizar, se da este consejo para que encuentre su Sí mismo. Su búsqueda del método denota su separación (de usted).

Pregunta: ¿No es mejor decir «yo soy el ser supremo» que preguntarse «¿Quién soy yo?»?.

Respuesta: ¿Quién afirma?. Debe haber alguien para hacerlo. Encuentre a ese alguien.

Pregunta: ¿No es la meditación mejor que la indagación?.

Respuesta: La meditación implica imaginación mental, mientras que la indagación es por la realidad. La primera es objetiva, mientras que la segunda es subjetiva.

Pregunta: Debe haber un planteamiento científico sobre este tema.

Respuesta: Evitar la irrealidad y buscar la realidad es científico.

Pregunta: Quiero decir que debe haber una eliminación gradual, primero de la mente, después del intelecto, después del ego.

Respuesta: Sólo el Sí mismo es real. Todo lo demás es irreal. Ni la mente ni el intelecto permanecen aparte de usted.

La Biblia dice, «Sé en quietud y sabe que Yo soy Dios». La quietud es el único requisito para la realización del Sí mismo como Dios[8].

Pregunta: ¿Es *soham* [la afirmación «Yo soy él»] lo mismo que «¿Quién soy yo?».

Respuesta: Sólo *Aham* [«Yo»] es común a ambos. Uno es *soham* [«Yo soy él»]. El otro es *koham* [¿Quién soy yo?]. Son diferentes. ¿Por qué debemos continuar diciendo *soham* [«Yo soy él»]?. Uno debe primero descubrir el «Yo» real. En la pregunta «¿Quién soy yo?», «yo» se refiere al ego. Al intentar seguirle el rastro y encontrar su fuente, vemos que no tiene existencia separada sino que se sumerge en el «Yo» real.

Vea usted la dificultad. *Vichara* [la indagación de sí mismo] es diferente en método de la meditación *sivohan* [«Yo soy Siva»] o *soham* [«Yo soy él»]. Yo pongo el acento más bien sobre el conocimiento de Sí mismo, pues a usted, primero de todo le concierne usted mismo, antes de que usted proceda a conocer el

mundo y su Señor. La meditación *soham* [«Yo soy él»] o *aham Brahmasmi* [«Yo soy *Brahman*»] es más o menos un pensamiento mental. Pero la indagación de Sí mismo de la que yo hablo es un método directo, en verdad superior a las demás meditaciones. En el momento en que usted comienza a buscar el sí mismo y a profundizar cada vez más, el Sí mismo real está a la espera para tomarle a usted. Entonces todo lo que se hace es hecho por algo en lo cual usted no tiene ninguna mano. En este procedimiento, todas las dudas y discusiones son abandonadas automáticamente, lo mismo que uno que se duerme olvida, por el momento, todas sus preocupaciones.

Pregunta: ¿Qué certeza hay de que algo espera allí para recibirme?.

Respuesta: Cuando se es un alma suficientemente desarrollada [*pakví*] uno se convence de manera natural.

Pregunta: ¿Cómo es posible este desarrollo?.

Respuesta: Se dan diferentes respuestas. Pero cualquiera que sea el desarrollo previo, *vichara* acelera el desarrollo.

Pregunta: Eso es argumentar en círculo. Yo estoy desarrollado y así soy apto para la indagación, pero la indagación misma hace que me desarrolle.

Respuesta: La mente tiene siempre este tipo de dificultad. Quiere una cierta teoría que la satisfaga. Realmente, ninguna teoría es necesaria para el hombre que desea seriamente acercarse a Dios o realizar su propio ser verdadero[10].

Pregunta: No hay duda de que el método enseñado por Bhagavan es directo. Pero es muy difícil. Nosotros no sabemos cómo comenzar. Si nos ponemos a preguntar, «¿Quién soy yo?» como un *japa* [repetición del nombre de Dios] o un *mantra*, deviene opaco. En otros métodos hay algo preliminar y positivo con lo cual uno puede comenzar y después ir paso a paso. Pero en el método de Bhagavan no hay ninguna cosa tal, y buscar el sí mismo de una vez, aunque directo, es difícil.

Respuesta: Usted mismo concede que es el método directo. Es el método directo y fácil. Cuando ir detrás de otras cosas que son ajenas a nosotros es tan fácil, ¿cómo puede serle difícil a uno ir a su propio Sí mismo?. Usted habla de «¿dónde

comenzar?». No hay ningún comienzo ni ningún fin. Usted es usted mismo en el comienzo y en el fin. Si usted está aquí y el Sí mismo en alguna otra parte, y usted tiene que alcanzar ese Sí mismo, entonces a usted puede decírsele cómo comenzar, cómo viajar y cómo alcanzarlo. Suponga que usted que está ahora en Ramanasramam pregunta, «Yo quiero ir a Ramanasramam. ¿Cómo tengo que comenzar y cómo llegaré allí?». ¿Qué va uno a decirle?. La búsqueda del Sí mismo por un hombre es exactamente así. Él es siempre el Sí mismo y nada más. Usted dice que «¿Quién soy yo?» deviene un *japa*. Ello no tiene la intención de que usted se mantenga preguntando «¿Quién soy yo?». En ese caso, el pensamiento no morirá tan fácilmente. En el método directo, como usted lo llama, al preguntarse a sí mismo «¿Quién soy yo?», a usted se le dice que se concentre dentro de usted mismo, donde surge el pensamiento «yo», la raíz de todos los demás pensamientos. Como el Sí mismo no está fuera sino dentro de usted, a usted se le pide que ahonde dentro, en lugar de ir afuera. ¿Qué puede ser más fácil que ir a usted mismo?. Pero no obstante sigue existiendo el hecho de que para algunos este método parecerá difícil y no será atrayente. Por eso es por lo que se han enseñado tantos métodos diferentes. Cada uno de ellos atraerá a algunos como el mejor y más fácil. Esto será de acuerdo con su *pakva* o condición. Pero para algunos, nada excepto la *vichara marga* [la vía de la indagación] será atractivo. Ellos preguntarán, «Usted quiere que yo conozca o vea esto o aquello. ¿Pero quién es el conocedor, el veedor?». En cualquier otro método que elija, siempre habrá un hacedor. Eso no puede eludirse. Y uno debe descubrir quién es el hacedor. Hasta entonces, no puede terminarse la *sadhana*. Así pues, eventualmente, todos deben llegar a descubrir «¿Quién soy yo?». Usted se queja de que no hay nada preliminar o positivo con lo cual comenzar. Usted tiene el «yo» para comenzar con él. Usted sabe que usted existe siempre, mientras el cuerpo no existe siempre, por ejemplo en el sueño profundo. El sueño profundo revela que usted existe inclusive sin un cuerpo. Nosotros identificamos el «yo» con un cuerpo, consideramos que el Sí mismo tiene un cuerpo, y que

tiene límites, y de aquí nuestros problemas. Todo lo que tenemos que hacer es abandonar la identificación del Sí mismo con el cuerpo, con formas y límites, y entonces nos conoceremos a nosotros mismos como el Sí mismo que nosotros siempre somos[11].

Pregunta: ¿Tengo que pensar «¿Quién soy yo?»?.

Respuesta: Usted ha sabido que el pensamiento «yo» ha surgido. Apodérese del pensamiento «yo» y encuentre su fuente.

Pregunta: ¿Puedo saber de qué manera?.

Respuesta: Haga lo que se le ha dicho ahora y vea.

Pregunta: No comprendo qué debo hacer.

Respuesta: Si fuera algo objetivo la manera podría mostrarse objetivamente. Esto es subjetivo.

Pregunta: Pero yo no comprendo.

Respuesta: ¡Qué! ¿No comprende usted que usted es?.

Pregunta: Se lo ruego, dígame la manera.

Respuesta: ¿Es necesario mostrarle el camino en el interior de su propia casa?. Esto está dentro de usted[12].

Pregunta: Usted ha dicho que el Corazón es el centro del Sí mismo.

Respuesta: Sí, es el único centro supremo del Sí mismo. Usted no necesita tener ninguna duda sobre ello. El Sí mismo real está aquí en el Corazón detrás del *jiva* o sí mismo-ego.

Pregunta: Tenga la amabilidad de decirme ahora dónde está en el cuerpo.

Respuesta: Usted no puede conocerlo con su mente. Usted no puede realizarlo con la imaginación, cuando yo le digo a usted aquí está el centro [señalando el lado derecho del pecho]. El único camino directo para realizarlo es cesar de imaginar e intentar ser usted mismo. Cuando usted realiza, automáticamente siente que el centro está aquí.

Este es el centro, el Corazón, del cual se habla en las escrituras como *hritguha* [cavidad del corazón], *arul* [gracia], *ullam* [el Corazón].

Pregunta: Yo no he encontrado que se diga en ningún libro que está aquí.

Respuesta: Mucho después de venir aquí me encontré con un verso en la versión Malayalam del *Ashtangahridayam*, la obra modélica sobre *ayurveda* [medicina Hindú], donde se mencionaba que el *ojas sthana* [fuente de la vitalidad corporal o lugar de la luz] está localizado en el lado derecho del pecho y se lo llamaba la sede de la consciencia [*samvit*]. Pero yo no sé de ninguna otra obra que se refiera a él como estando localizado aquí.

Pregunta: ¿Puedo estar seguro de que los antiguos querían indicar este centro por el término «Corazón»?.

Respuesta: Sí, así es. Pero usted debe intentar tener la experiencia más bien que localizarla. Un hombre no necesita descubrir dónde están situados sus ojos cuando quiere ver. El Corazón está aquí siempre, abierto a usted si usted quiere de verdad entrar, soportando siempre todos sus movimientos aunque usted no sea consciente de ello. Quizás es más adecuado decir que el Sí mismo es el Corazón más bien que decir que está en el Corazón. Realmente, el Sí mismo es el centro. La consciencia de Sí mismo está por todas partes, consciente de sí misma como el «Corazón»[13].

Pregunta: En ese caso, ¿cómo puede estar localizado en alguna parte del cuerpo?. Fijar un lugar para el Corazón implicaría establecer limitaciones fisiológicas a eso que está más allá del espacio y del tiempo.

Respuesta: Eso es correcto. Pero la persona que hace la pregunta sobre la posición del Corazón se considera a sí mismo existiendo con el cuerpo o en el cuerpo. Al hacer la pregunta ahora, ¿diría usted que sólo su cuerpo está aquí pero usted está hablando desde alguna otra parte?. No, usted acepta su existencia corporal. Es desde este punto de vista como llega a hacerse toda referencia a un cuerpo físico.

Hablando verdaderamente, la pura consciencia es indivisible, es sin partes. No tiene ninguna forma ni figura, ningún «adentro» y ningún «afuera». No hay ningún «derecho» ni «izquierdo» para ella. La pura consciencia, la cual es el Corazón, incluye todo, y nada está afuera ni aparte de ella. Eso es la verdad última.

Desde este punto de vista absoluto, el Corazón, el Sí mismo o la consciencia no pueden tener asignado ningún lugar particular en el cuerpo físico. ¿Cuál es la razón?. El cuerpo físico es una mera proyección de la mente, y la mente es sólo una pobre proyección del Corazón radiante. ¿Cómo puede eso, en lo cual todo está contenido, estar ello mismo confinado como una minúscula parte dentro del cuerpo físico, el cual no es más que una manifestación fenoménica infinitesimal de la única realidad?.

Pero las gentes no comprenden esto. No pueden remediar pensar en los términos del cuerpo y del mundo físico. Por ejemplo, usted dice, «Yo he venido a este ashram a propósito desde mi país más allá de los Himalayas». Pero eso no es verdad. ¿Dónde está el «venir» o el «ir» o cualquier otro movimiento que sea, para el espíritu único y omnipenetrante que usted realmente es?. Usted está donde usted ha estado siempre. Es su cuerpo el que se ha movido o ha sido llevado de un lugar a otro hasta que ha llegado a este ashram. Esta es la simple verdad, pero para una persona que se considera a sí mismo un sujeto que vive en un mundo objetivo, esto le parece algo enteramente visionario!.

Sólo descendiendo al nivel de la comprensión ordinaria se asigna al Corazón un lugar en el cuerpo físico.

Pregunta: ¿Cómo debo comprender entonces la afirmación de Sri Bhagavan de que la experiencia del centro del Corazón está en ese lugar particular del pecho?.

Respuesta: Una vez que usted acepta que desde el punto de vista absoluto y verdadero, el Corazón como pura consciencia, está más allá del espacio y del tiempo, será fácil para usted comprender el resto en su perspectiva correcta[14].

Pregunta: Se dice que el Corazón está a la derecha, a la izquierda, o en el centro. Con tales diferencias de opinión, ¿cómo vamos a meditar sobre él?.

Respuesta: Usted es y esto es un hecho. *Dhyana* [la meditación] es por usted, de usted, y en usted. Debe tener lugar donde usted está. No puede tener lugar fuera de usted. Así pues, usted es el centro de *dhyana* y eso es el Corazón.

Las dudas surgen solamente cuando usted lo identifica con algo tangible y físico. El Corazón no es ningún concepto, ningún objeto para la meditación. Es la sede de la meditación. El Sí mismo permanece completamente uno. Usted ve el cuerpo en el Corazón, el mundo está también en él. No hay nada separado de él. Así pues, todo tipo de esfuerzos se localizan ahí solamente[15].

Pregunta: Usted dice que el pensamiento «yo» surge del centro del Corazón, ¿Debemos buscar su fuente ahí?.

Respuesta: Yo le pido a usted que vea donde el «yo» surge en su cuerpo, pero en realidad no es del todo correcto decir que el «yo» surge y se sumerge en el Corazón en el lado derecho del pecho. El Corazón es otro nombre para la realidad y no está ni dentro ni fuera del cuerpo. No puede haber ningún dentro o fuera para él, puesto que sólo él es[16].

Pregunta: ¿Debo meditar sobre el lado derecho del pecho a fin de meditar sobre el Corazón?.

Respuesta: El Corazón no es físico. La meditación no debe hacerse sobre la derecha o la izquierda. La meditación debe ser sobre el Sí mismo. Todo el mundo sabe «yo soy». ¿Quién es el «yo»?. No estará ni dentro ni fuera, ni a la derecha ni a la izquierda. «Yo soy» —eso es todo[17]. Deje en paz la idea de derecha e izquierda. Pertenecen al cuerpo. El Corazón es el Sí mismo. Realícelo y entonces usted verá por usted mismo[18]. No hay ninguna necesidad de saber dónde está el Corazón y lo que es. Hará su trabajo si usted se entrega a la indagación de Sí mismo[19].

Pregunta: ¿Qué es el Corazón que se menciona en el verso del *Upadesa Saram* donde se dice, «Morar en el Corazón es el mejor *karma*, *bhakti* y *jnana yoga*?.

Respuesta: Eso que es la fuente de todo, eso en lo cual vive todo, y dentro de lo cual se sumerge finalmente todo, es el Corazón que se menciona.

Pregunta: ¿Cómo podemos concebir un tal Corazón?.

Respuesta: ¿Por qué debe usted concebir nada?. Usted sólo tiene que ver de dónde brota el «yo»[20]. Eso de lo cual emergen todos los pensamientos de los seres incorporados se llama el

Corazón. Todas las descripciones de él son solamente conceptos mentales[21].

Pregunta: Se dice que hay seis órganos de diferentes colores en el pecho, de los cuales se dice que el Corazón está a dos longitudes de dedo a la derecha de la línea del centro[22]. Pero el Corazón es también sin forma. ¿Debemos imaginar entonces que tiene una forma y meditar sobre ella?.

Respuesta: No. Solamente la indagación. «¿Quién soy yo?» es necesaria. Lo que permanece a todo lo largo del sueño profundo y de la vigilia es lo mismo. Pero en la vigilia hay infelicidad y el esfuerzo por suprimirla.. Si se le pregunta, «¿quién se despierta del sueño profundo?» usted dice «yo». Ahora a usted se le pide que se adhiera a este «yo». Si se hace, el ser eterno se revelará por sí mismo. La indagación de «yo» es el punto y no la meditación sobre el centro del Corazón. No hay nada como dentro o fuera. Ambos significan bien sea la misma cosa o nada.

Por supuesto hay también la práctica de la meditación sobre el centro del Corazón. Es solamente una práctica y no indagación. Solamente el que medita sobre el Corazón puede permanecer consciente cuando la mente cesa de ser activa y permanece en quietud, mientras que aquellos que meditan sobre otros centros no pueden ser conscientes así e infieren que la mente ha estado en quietud solamente después de que torna de nuevo a la actividad[23].

Cualquiera que sea el lugar en el cuerpo en que alguien piense que reside el Sí mismo, debido al poder de ese pensamiento al que así piensa le parecerá como si el Sí mismo residiera en ese lugar. Sin embargo, sólo el Corazón amado es el refugio de la emergencia y submersión de ese «yo». Sepa que aunque se dice que el Corazón existe a la vez dentro y fuera, en la verdad absoluta no existe ni dentro ni fuera, debido a que el cuerpo, el cual aparece como la base de las diferencias «dentro» y «fuera», es una imaginación de la mente pensante. El Corazón, la fuente, es el comienzo, el medio y el fin de todo. El Corazón, el espacio supremo, jamás es una forma. Es la luz de la verdad[24].

CAPÍTULO 7. LA SUMISIÓN

Muchas de las tradiciones religiosas del mundo abogan por la sumisión a Dios como un medio de trascender el sí mismo individual. Sri Ramana aceptaba la validez de un tal planteamiento y a menudo decía que este método era tan efectivo como la indagación de sí mismo. Tradicionalmente la vía de la sumisión está asociada con prácticas devocionales dualísticas, pero tales actividades eran solamente de importancia secundaria para Sri Ramana. En lugar de ello insistía en que la verdadera sumisión trascendía el culto de Dios en una relación sujeto-objeto puesto que solamente podía cumplirse válidamente cuando el que imaginaba que estaba separado de Dios había cesado de existir. Para lograr esta meta recomendaba dos prácticas distintas:

1 Aferrarse al pensamiento «yo» hasta que el que imagina que está separado de Dios desaparece.

2 Someter completamente toda la responsabilidad de la propia vida de uno a Dios o al Sí mismo. Para que una tal sumisión de sí mismo sea efectiva uno no debe tener ninguna voluntad o deseo suyo propio y uno debe estar completamente libre de la idea de que hay una persona individual que es capaz de actuar independientemente de Dios.

El primer método es claramente la indagación de sí mismo disfrazada bajo un nombre diferente. Sri Ramana a menudo igualaba las prácticas de la sumisión e indagación, bien sea diciendo que eran diferentes nombres para el mismo procedimiento o bien diciendo que eran los dos únicos medios efectivos por los cuales podía alcanzarse la realización de Sí mismo. Esto es completamente consistente con su punto de vista de que toda práctica que implicaba la consciencia (*awareness*)

del pensamiento «yo» era una vía válida y directa hacia el Sí mismo, mientras que todas las que no lo hacían no lo eran.

Esta insistencia sobre la consciencia (*awareness*) subjetiva de «yo» como el único medio de alcanzar el Sí mismo coloreaba su actitud hacia las prácticas de devoción (*bhakti*) y hacia el culto, los cuales se asocian usualmente con la sumisión a Dios. Nunca desalentaba a sus devotos de seguir tales prácticas, pero señalaba que toda relación con Dios (del devoto, adorador, servidor, etc.) era una relación ilusoria puesto que sólo Dios existe. La verdadera devoción, decía, es permanecer como uno realmente es, en el estado de ser en el cual todas las ideas sobre las relaciones con Dios han cesado de existir.

El segundo método, el de someter a Dios la responsabilidad de la propia vida de uno, se vincula también a la indagación de sí mismo puesto que se propone eliminar el pensamiento «yo» separándolo de los objetos y acciones con los cuales se identifica constantemente. Al seguir esta práctica debe haber una consciencia constante de que no hay ningún «yo» individual que actúa o desea, de que solamente el Sí mismo existe y de que no hay nada aparte del Sí mismo que sea capaz de actuar independientemente de él. Cuando se sigue esta práctica, siempre que uno deviene consciente de que uno está asumiendo la responsabilidad de los pensamientos y acciones —por ejemplo, «yo quiero» o «yo estoy haciendo esto» uno debe intentar retirar la mente de sus contactos externos y fijarla en el Sí mismo. Esto es análogo a la transferencia de la atención que tiene lugar en la indagación de sí mismo cuando uno se da cuenta de que se ha perdido la atención de sí mismo. En ambos casos el propósito es aislar el pensamiento «yo» y hacerlo desaparecer en su fuente.

Sri Ramana mismo admitía que la sumisión espontánea y completa del «yo» por este método era una meta imposible para muchas gentes y así a veces aconsejaba a sus seguidores que emprendieran ejercicios preliminares que cultivaran su devoción y el control de sus mentes. La mayor parte de estas prácticas implicaban el pensamiento o la meditación sobre Dios o el Gurú bien sea repitiendo constantemente su nombre (*japa*)

o bien visualizando su forma. Decía a sus devotos que si esto se hacía regularmente con amor y devoción entonces la mente devendría absorbida sin esfuerzo en el objeto de meditación.

Una vez que se ha logrado esto la sumisión completa deviene mucho más fácil. La constante consciencia (*awareness*) de Dios impide que la mente se identifique con otros objetos y aviva la convicción de que sólo Dios existe. Produce también un flujo recíproco de poder o gracia desde el Sí mismo que debilita el dominio del pensamiento «yo» y destruye los *vasanas* [tendencias mentales], los cuales perpetúan y refuerzan su existencia. Eventualmente el pensamiento «yo» se reduce a proporciones manejables y con un poco de atención de sí mismo puede hacerse que se sumerja temporalmente dentro del Corazón.

Como ocurre con la indagación de sí mismo, la realización final es llevada a efecto automáticamente por el poder del Sí mismo. Cuando todas las tendencias hacia afuera de la mente se han disuelto en las repetidas experiencias de ser, el Sí mismo destruye el pensamiento «yo» vestigial tan completamente que jamás surge de nuevo. Esta destrucción final del «yo» tiene lugar solamente si la sumisión de sí mismo ha sido completamente sin motivo. Si se hace con un deseo de gracia o de realización de Sí mismo jamás puede ser más que una sumisión parcial, una transacción comercial en la cual el pensamiento «yo» hace un esfuerzo en la expectativa de recibir una recompensa.

Pregunta: ¿Qué es la sumisión incondicional?.

Respuesta: Si uno mismo se somete ya no habrá nadie que haga preguntas o de quien haya que pensar nada. O bien los pensamientos son eliminados aferrándose al pensamiento raíz «yo», o bien uno se somete incondicionalmente al poder más alto. Estas son la dos únicas vías para la realización[1].

Pregunta: ¿No requiere la sumisión total o completa que a uno no le quede nada, ni siquiera el deseo de liberación o de Dios?.

Respuesta: La sumisión completa requiere que usted no tenga ningún deseo suyo propio. Usted debe estar satisfecho con todo lo que Dios le da y eso significa no tener ningún deseo suyo propio.

Pregunta: Ahora que estoy satisfecho sobre ese punto, quiero saber cuáles son los pasos por los cuales yo podría lograr la sumisión.

Respuesta: Hay dos maneras. Una es mirar dentro de la fuente del «yo» y sumergirse en esa fuente. La otra es sentir «Yo soy completamente inerme por mí mismo, sólo Dios es todo-poderoso y excepto abandonándome completamente a él, no hay ningún otro medio de salvación para mí». Por este método uno desarrolla gradualmente la convicción de que sólo Dios existe y de que el ego no cuenta. Ambos métodos conducen a la misma meta. La completa sumisión es otro nombre para *jnana* o liberación[2].

Pregunta: Encuentro que la sumisión es más fácil. Yo quiero adoptar esa vía.

Respuesta: Por cualquier vía que vaya, usted tendrá que perderse a usted mismo en el uno. La sumisión es completa solamente cuando usted alcanza la etapa «Tú eres todo» y «Hágase Tu voluntad».

El estado no es diferente de *jnana*. En *soham* [la afirmación de «Yo soy él»] hay *dvaita* [dualidad]. En la sumisión hay *advaita* [no-dualidad]. En la realidad no hay ni *dvaita* ni *advaita*, sino eso que es. La sumisión parece fácil debido a que las gentes imaginan que, una vez que dicen con sus labios «yo me someto» y ponen sus fardos sobre su Señor, pueden ser libres y hacer lo que quieran. Pero el hecho es que usted no puede tener ni apetencias ni aversiones después de su sometimiento; su voluntad debe devenir completamente no-existente, tomando su lugar la voluntad del Señor. La muerte del ego de esta manera da paso a un estado que no es diferente de *jnana*. Así pues, vaya usted por donde vaya, usted debe llegar a *jnana* o la unidad[3].

Pregunta: ¿Cuál es la mejor manera de matar el ego?.

Respuesta: Para cada persona la mejor manera es la que le parece más fácil o la que le atrae más. Todas las maneras son

igualmente buenas, pues todas conducen a la misma meta, la cual es la submersión del ego en el Sí mismo. Lo que el *bhakta* [el devocional] llama sumisión, el hombre que hace *vichara* lo llama *jnana*. Ambos están intentando solamente hacer retornar al ego a la fuente de la cual ha surgido y sumergirlo ahí[4].

Pregunta: ¿No puede la gracia activar tal capacidad en un buscador?.

Respuesta: Deje eso a Dios. Sométase sin reservas. Hay que hacer una de dos cosas. O bien se somete debido a que usted admite su incapacidad y requiere un poder más alto para que le ayude, o bien investiga la causa de la miseria yendo a la fuente y sumergiéndose en el Sí mismo. De una u otra manera usted se librará de la miseria. Dios nunca abandona a quien se ha sometido.

Pregunta: ¿Cuál es el móvil de la mente después de someterse?.

Respuesta: ¿Está haciendo la pregunta la mente sometida?[5].

Pregunta: Por el deseo constante de someterme espero que se experimente una gracia cada vez mayor.

Respuesta: Sométase de una vez por todas y acabe con el deseo. Mientras se retiene el sentido de ser el autor de algo hay deseo. Eso es también la personalidad. Si esto se va entonces se encuentra que el Sí mismo brilla puro. El sentido de ser el autor es la esclavitud y no las acciones mismas.

«Sé en quietud y sabe que yo soy Dios». Aquí la quietud es la total sumisión sin ningún vestigio de individualidad. La quietud prevalecerá y no habrá ninguna agitación de mente. La agitación de mente es la causa del deseo, del sentido de ser el autor y de la personalidad. Si se detiene hay quietud. Aquí «conocer» significa «ser». No es el conocimiento relativo que implica la tríada, conocimiento, conocer y conocido.

Pregunta: ¿Es útil el pensamiento «yo soy Dios» o «yo soy el ser supremo»?.

Respuesta: «Yo soy lo que yo soy». «Yo soy» es Dios, no pensar «yo soy Dios». Realice «yo soy» y no piense «yo soy». «Sabe que Yo soy Dios», se ha dicho, y no «Piensa que Yo soy Dios»[6].

Toda charla sobre la sumisión es como pellizcar azúcar de una imagen de azúcar del Señor Ganesa y ofrecerla como *naivedya* [ofrenda de alimento] al mismo Señor Ganesa. Usted dice que ofrece su cuerpo, alma y todas sus posesiones a Dios. ¿Acaso han sido suyos de modo que usted pueda ofrecerlos?. Como mucho, usted solamente puede decir, «Yo imaginaba falsamente hasta ahora que todos éstos que son tuyos eran míos. Ahora me doy cuenta de que son tuyos. No actuaré más como si fueran míos». Este conocimiento de que no hay nada excepto Dios o el Sí mismo, de que yo y mío no existen y de que sólo el Sí mismo existe, es *jnana*. Así pues, no hay ninguna diferencia entre *bhakti* y *jnana*. *Bhakti* es *jnana mata* o la madre de *jana*[7].

Pregunta: Los hombres del mundo que nosotros somos, tenemos un tipo u otro de aflicción y no sabemos cómo sobreponernos a ella. Rogamos a Dios y sin embargo no estamos satisfechos. ¿Qué podemos hacer?.

Respuesta: Confíe en Dios.

Pregunta: Nosotros nos sometemos; pero no obstante no hay ninguna ayuda.

Respuesta: Sí. Si usted se ha sometido, usted debe ser capaz de atenerse a la voluntad de Dios y no hacer agravio de lo que pueda no gustarle. Las cosas pueden resultar ser diferentes de lo que parecen aparentemente. La aflicción a menudo conduce a los hombres a la fe en Dios.

Pregunta: Pero nosotros somos mundanales. Hay la esposa, hay los hijos, amigos o parientes. No podemos ignorar su existencia y resignarnos a la voluntad divina, sin retener un poco de la personalidad en nosotros.

Respuesta: Eso quiere decir que usted no se ha sometido como usted proclama. Usted debe confiar solamente en Dios[8].

Sométase a él y aténgase a su voluntad bien aparezca o se desvanezca. Espere su contento. Si usted le pide que haga lo que a usted le gusta, eso no es someterse sino mandarle. Usted no puede hacer que él le obedezca a usted y al mismo tiempo pensar que usted se ha sometido. Él sabe lo que es mejor y cuándo y cómo hacerlo. Deje todo enteramente a él. Suyo (de él)

es el fardo, usted no tiene ya ningún cuidado. Todos sus cuidados (de usted) son suyos (de él). Tal es la sumisión. Esto es *bhakti*.

O bien, indague a quién surgen estas cuestiones. Cave profundamente en el Corazón y permanezca como el Sí mismo. Una de estas dos vías está abierta al aspirante[9].

Pregunta: La sumisión es imposible.

Respuesta: Sí. La sumisión completa es imposible en el comienzo. La sumisión parcial es ciertamente posible para todos. En el curso del tiempo eso conducirá a la sumisión completa. Bien, si la sumisión es imposible, ¿qué puede hacerse?. No hay ninguna paz de mente. Usted está inerme para llevarla a cabo. Puede hacerse solamente por la sumisión[10].

Pregunta: ¿Es la sumisión suficiente por sí sola para alcanzar el Sí mismo?.

Respuesta: Es suficiente que uno se someta. La sumisión es abandonarse a la causa original del ser de uno. No se engañe a usted mismo imaginando que una tal fuente sea algún Dios fuera de usted. Su fuente está dentro de usted mismo. Abandónese usted a ella. Eso quiere decir que usted debe buscar la fuente y sumergirse en ella[11].

Pregunta: [Dada a Sri Ramana en la forma de una nota escrita]. Ellos dicen que se puede obtener todo si uno se refugia en Dios completa y únicamente, y sin pensamiento de nada más. ¿Quiere decir esto sentarse en quietud en un único sitio y contemplar a Dios enteramente en todo momento, apartando todos los pensamientos, incluyendo los pensamientos sobre el alimento, el cual es esencial para el sustento del cuerpo? ¿Quiere esto decir que cuando uno se pone enfermo, no debe pensar en medicina ni tratamiento, sino confiar su salud o enfermedad exclusivamente a la providencia?.

En la *Bhagavad Gita* se dice: «El hombre que se despoja de todo anhelo y que se mueve sin interés, libre del sentido de “yo” y “mío”, alcanza la paz» (2:71). Esto significa desechar todos los deseos. ¿Debemos por lo tanto dedicarnos exclusivamente a la contemplación de Dios, y aceptar comida y agua solamente si están disponibles por la gracia de Dios, sin pedirlos? ¿O

significa que debemos hacer un pequeño esfuerzo?. Bhagavan, se lo ruego, explique el secreto de esta *saranagati* [sumisión].

Respuesta: [Después de leer la nota Sri Ramana se dirigió a todos en la sala]. *Ananya saranagati* [la sumisión completa] significa ser sin ningún apego a los pensamientos, sin ninguna duda, pero ¿quiere esto decir desechar inclusive los pensamientos de comida y agua los cuales son esenciales para el sustento del cuerpo físico?. También pregunta, «¿Debo comer solamente si obtengo alguna cosa por la dirección de Dios, y sin que yo lo pida? ¿O debo hacer un pequeño esfuerzo?». Muy bien. Pongamos que lo que tenemos para comer viene por sí solo. Pero inclusive entonces, ¿quién tiene que comer?. Supongamos que alguien lo pone en nuestra boca, ¿no debemos tragarlo al menos? ¿No es eso un esfuerzo?. También pregunta, «Si me pongo enfermo, ¿debo tomar medicinas o quedarme quieto dejando mi salud y mi enfermedad en las manos de Dios?». En el libro *Sadhana Panchakam* escrito por Sankara, se afirma que para el tratamiento de la enfermedad llamada hambre se debe comer alimento recibido como limosna. Pero entonces al menos se debe salir y mendigarlo. Si todas las gentes cierran sus ojos y se sientan inmóviles diciendo que si la comida viene comeremos, ¿cómo va a funcionar el mundo?. De aquí que uno debe tomar las cosas como vienen de acuerdo con su tradiciones, pero debe estar libre del sentimiento de estarlas haciendo uno mismo. El sentimiento de «yo estoy haciéndolo» es la esclavitud. Es por lo tanto necesario considerar y descubrir el método por el cual pueda rebasarse un tal sentimiento, en lugar de dudar sobre si debe administrarse una medicina si uno está enfermo o sobre si se debe tomar alimento si uno tiene hambre. Tales dudas continuarán surgiendo y jamás acabarán. Inclusive tales dudas como «¿Puedo gemir si hay dolor? ¿Puedo inhalar aire después de exhalar?» también se presentan. Llámenlo *Ishwara* [Dios] o llámenlo *karma* [destino]; algún *karta* [poder más alto] hará que todo funcione en este mundo acordemente al desarrollo de la mente de cada individuo. Si la responsabilidad se deposita sobre el poder más alto las cosas seguirán funcionando por sí solas. Nosotros vamos caminando por este

terreno. Mientras así lo hacemos, ¿consideramos a cada paso si tenemos que levantar una pierna después de la otra o pararnos en algún punto? ¿No se camina automáticamente?. Lo mismo ocurre con la inhalación y la exhalación. No se hace ningún esfuerzo especial para inhalar o exhalar. Lo mismo ocurre con esta vida también. ¿Acaso podemos abandonar algo si queremos, o hacer algo cuando queremos?. Un número enorme de cosas se hacen automáticamente sin que seamos conscientes de ello. La sumisión completa a Dios significa abandonar todos los pensamientos y concentrar la mente en él. Si podemos concentrarnos en él, los demás pensamientos desaparecen. Si las acciones de la mente, del lenguaje y del cuerpo se sumergen en Dios, todo el fardo de nuestra vida lo cargará él[12].

Pregunta: ¿Pero es Dios realmente el hacedor de todas las acciones que yo hago?.

Respuesta: La dificultad presente es que el hombre piensa que él es el hacedor. Pero es un error. Es el poder más alto el que hace todo y el hombre es solamente un instrumento. Si acepta esta situación está libre de toda perturbación, de otro modo las corteja. Tome, por ejemplo, la figura esculpida en la base de un *goparum* [templete], la cual se hace de modo que parezca como si ella estuviera soportando el peso del templete sobre sus hombros. Su postura y apariencia son una imagen de gran tensión que da la impresión de que está soportando el peso del templete. Pero piense. La torre está construida sobre la tierra y reposa sobre sus cimientos. La figura es una parte del templete, pero está hecha de modo que parezca como si estuviera sosteniendo el peso de la torre. ¿No es gracioso?. Así ocurre también con el hombre que toma sobre él mismo el sentido de ser el hacedor.

Pregunta: Swami, es bueno amar a Dios, ¿no es así? ¿Por qué no seguir entonces la vía del amor?.

Respuesta: ¿Quién ha dicho que usted no puede seguirla?. Usted puede hacerlo. Pero cuando usted habla de amor, hay dualidad, ¿no es así? —la persona que ama y la entidad llamada Dios que es amada. El individuo no está separado de Dios. De

aquí que amor significa al que tiene amor hacia su propio Sí mismo.

Pregunta: A ello se debe que yo le pregunte a usted si Dios puede ser adorado a través de la vía del amor.

Respuesta: Eso es exactamente lo que he estado diciendo. El amor mismo es la forma actual de Dios. Si diciendo, «yo no amo esto, yo no amo eso», usted rechaza todas las cosas, eso que queda es *swarupa*, es decir la forma real del Sí mismo. Eso es pura felicidad. Llámelo pura felicidad, Dios, *atma*, o lo que usted quiera. Eso es devoción, eso es realización y eso es todo.

Si usted rechaza así todo, lo que queda es el Sí mismo solo. Eso es el amor real. El que conoce el secreto de ese amor encuentra el mundo mismo lleno de amor universal[14].

Sólo la experiencia de no olvidar la consciencia es el estado de devoción [*bhakti*], el cual es la relación de amor inmarchitable, debido a que el conocimiento real del Sí mismo, el cual brilla como la suprema felicidad indivisa, bulle como la naturaleza del amor.

Solamente si uno conoce la verdad del amor, la cual es la naturaleza real del Sí mismo, será desatado el intrincado lazo de la vida. Solamente si uno alcanza la altura del amor se alcanzará la liberación. Tal es el corazón de todas las religiones. La experiencia del Sí mismo es solamente amor, lo cual es ver solamente amor, oír solamente amor, sentir solamente amor, gustar solamente amor y oler solamente amor, el cual es felicidad[15].

Pregunta: Yo anhelo *bhakti*. Quiero más de este anhelo. Ni siquiera la realización me importa. Déjeme ser fuerte en mi anhelo.

Respuesta: Si el anhelo está aquí, la realización le sobrevendrá a usted inclusive si usted no la quiere[16]. Anhélela intensamente de modo que la mente se funda en la devoción. Después de que el alcanfor se quema no queda ningún residuo. La mente es el alcanfor. Cuando se ha disuelto dentro del Sí mismo, sin dejar siquiera el menor rastro tras de sí, es la realización del Sí mismo[17].

Pregunta: Yo tengo fe en *dhyana murti* [la adoración de la forma]. ¿No me ayudará a ganar *jnana*?.

Respuesta: Ciertamente ayudará. *Upasana* [meditación] ayuda a la concentración de la mente. Entonces la mente está libre de los demás pensamientos y se llena de la forma meditada. La mente deviene entonces una con el objeto de la meditación, y esto la purifica completamente. Entonces piense quién es el adorador. La respuesta es «yo», es decir, el Sí mismo. De esta manera en último recurso se gana el Sí mismo[18].

Adorar la realidad sin-forma por el pensamiento sin-pensamiento es la mejor forma de adoración. Pero cuando uno no es apto para tal adoración de Dios sin-forma, sólo la adoración de la forma es adecuada. La adoración sin-forma sólo es posible para las gentes que están desprovistas del ego-forma. Sepa que toda adoración hecha por las gentes que poseen el ego-forma es adoración de la forma.

Sólo el puro estado de ser adherido a la gracia [el Sí mismo], el cual está desprovisto de todo apego, es el propio estado de silencio de uno, el cual está desprovisto de toda otra cosa. Sepa que sólo la propia permanencia de uno como ese silencio, habiéndolo experimentado como es, es la verdadera adoración mental [*manasika-puja*]. Sepa que el cumplimiento de la adoración incesante, verdadera y natural en la cual la mente se establece sumisamente como el único Sí mismo, habiendo instalado al Señor sobre el trono del Corazón, es silencio, la mejor de todas las formas de adoración. Sólo el silencio, el cual está desprovisto del ego asertivo, es liberación. Sólo el olvido malhadado del Sí mismo, el cual hace que uno caiga de ese silencio, es no-devoción [*vibhakti*]. Sepa que permanecer como ese silencio con la mente sumergida como no-diferente del Sí mismo, es la verdad de *Siva bhakti* [la devoción a Dios].

Sólo cuando uno se ha sometido completamente a los pies de Siva, deviniendo con ello de la naturaleza del Sí mismo, la abundante paz resultante, en la cual no hay el menor sitio dentro del Corazón para que uno haga ninguna queja sobre sus propios defectos y deficiencias, sólo eso es la naturaleza de la devoción suprema. Este devenir así un esclavo del Señor y éste

permanecer en quietud y silencio, desprovisto incluso de pensamiento egoístico «yo soy su esclavo», es permanencia de Sí mismo, y esto es el conocimiento supremo[19].

Pregunta: ¿Pueden los buscadores espirituales alcanzar esta meta en la vida si van errantes por el mundo absorbidos en el canto de las alabanzas de Dios? ¿O deben permanecer en un lugar solamente?.

Respuesta: Es bueno mantener la mente concentrada sobre una cosa solamente dondequiera que la persona vaya errante. ¿Cuál es la utilidad de mantener el cuerpo en un único lugar si se permite que la mente ande errante?.

Pregunta: ¿Es posible *ahetuka bhakti* [devoción sin un motivo]?.

Respuesta: Sí, es posible[20]. Adorar a Dios por causa de un objeto deseado es adorar a ese objeto deseado sólo. La cesación completa de todo pensamiento de un objeto deseado es el primer prerequisito en una mente que quiere alcanzar el estado de Siva[21].

Pregunta: *Sri Bhagavatam* señala una vía de encontrar a Krishna en el Corazón postrándose ante todo y mirando a todo como el Señor mismo. ¿Es esta la vía recta que conduce a la realización de Sí mismo? ¿No es más fácil adorar a Bhagavan en todo lo que toca a la mente, que buscar lo supramental a través de la indagación «¿Quién soy yo?»?.

Respuesta: Sí, cuando usted ve a Dios en todo, ¿piensa usted en Dios o no?. Usted debe ciertamente pensar en Dios si usted quiere ver a Dios por todas partes en torno a usted. Mantener a Dios en su mente de esta manera deviene *dhyana* [meditación] y *dhyana* es la etapa antes de la realización. La realización solamente puede ser en el Sí mismo y del Sí mismo. Jamás puede ser aparte del Sí mismo. *Dhyana* debe preceder a la realización, pero es insignificante si usted hace *dhyana* sobre Dios o sobre el Sí mismo, debido a que la meta es la misma. Usted no puede, de ninguna manera, escapar al Sí mismo. ¿Usted quiere ver a Dios en todo, pero no en usted mismo?. Si todo es Dios, ¿no está usted incluido en ese todo?. Siendo Dios usted mismo, ¿es una maravilla que todo sea Dios?. Este es el

método aconsejado por *Sri Bhagavatam*, y en otras partes por otros. Pero inclusive para esta práctica debe haber el veedor o el pensador. ¿Quién es?.

Pregunta: ¿Cómo ver a Dios que es omnipenetrante?.

Respuesta: Ver a Dios es ser Dios. No hay ningún todo aparte de Dios para el que lo penetre. Sólo él es[22].

Pregunta: El *bhakta* requiere un Dios a quien poder hacer su *bhakti*. ¿Ha de enseñársele que hay solamente el Sí mismo, no un adorador y el adorado?.

Respuesta: Por supuesto, se requiere a Dios para la *sadhana*. Pero el fin de la *sadhana*, inclusive en la *bhakti marga* [la vía de la devoción], se alcanza solamente después de la sumisión completa. ¿Qué significa esto, excepto que el desvanecimiento del ego resulta en la permanencia de Sí mismo como siempre ha sido?. Cualquiera que sea la vía que uno elija, el «yo» es ineludible, el «yo» que hace la *nishkama marga* [los actos sin motivación], el «yo» que arde de impaciencia por unirse al Señor de quien siente que ha sido separado, el «yo» que siente que ha caído de su naturaleza real, y así sucesivamente. La fuente de este «yo» debe ser encontrada. Entonces se resolverán todas las cuestiones[23].

Pregunta: Si «yo» también es una ilusión, ¿quién disipa entonces la ilusión?.

Respuesta: El «Yo» disipa la ilusión de «yo» y no obstante permanece como «Yo». Tal es la paradoja de la realización de Sí mismo. El realizado no ve ninguna contradicción en ello. Tome el caso de *bhakti*. Yo me acerco a *Ishwara* y ruego ser absorbido en él. Entonces me someto a mí mismo con fe y me concentro sobre él. ¿Qué queda en adelante?. En lugar del «yo» original, la perfecta sumisión de sí mismo deja un residuum de Dios en el cual el «yo» se pierde. Esta es la forma de devoción y sumisión más elevada [*parabhakti*] y la cima de *vairagya* [no-apego].

Usted abandona esta y aquella de «sus» posesiones. Si en lugar de ello usted abandona «yo» y «mío», todo se abandona de un golpe. La semilla misma de posesión se pierde. Así el mal es comido en el brote o aplastado en el germen mismo. La no-pasión [*vairagya*] debe ser muy fuerte para hacer esto. El

anhelo de hacerlo debe ser igual al de un hombre mantenido bajo el agua que intenta salir a la superficie para salvar su vida[24].

TERCERA PARTE

EL GURÚ

Dios y el Gurú no son en verdad diferentes. Lo mismo que la presa que ha caído en las fauces de un tigre no puede escapar. Así también aquellos que han caído bajo la mirada de la gracia del Gurú ciertamente se salvarán y jamás serán abandonados; sin embargo uno debe seguir sin falta la vía mostrada por el Gurú[1].

Desde el punto de vista de Bhagavan no hay ningún discípulo pero desde el punto de vista del discípulo la gracia del Gurú es como un océano. Si viene con una copa obtendrá solamente una copa. Es completamente inútil quejarse de la tacañería del océano; cuanto mayor sea el recipiente tanto más será capaz de contener. Es enteramente incumbencia de él[2].

Un método de obtener la cesación temporal de las actividades mentales es la asociación con los sabios. Ellos son adeptos en *samadhi* y éste ha devenido en ellos fácil, natural y perpetuo. Aquellos que les acompañan muy de cerca, y que están en contacto simpatético con ellos, gradualmente absorben de ellos el hábito del *samadhi*[3].

CAPÍTULO 8. EL GURÚ

El término Gurú se usa a menudo ampliamente para designar a alguien que da consejo espiritual, pero en el vocabulario de Sri Ramana la palabra tiene una definición mucho más restringida. Para él, un verdadero Gurú es alguien que ha realizado el Sí mismo y que es capaz de usar su poder para asistir a otros hacia la meta de la realización de Sí mismo.

Sri Ramana decía a menudo que Dios, el Gurú y el Sí mismo son idénticos; el Gurú es Dios en forma humana y, simultáneamente, es también el Sí mismo en el Corazón de cada devoto. Debido a que está a la vez dentro y fuera, su poder trabaja de dos maneras diferentes. El Gurú exterior da instrucciones y por su poder capacita al devoto para mantener su atención sobre el Sí mismo; el Gurú interior tira de la mente del devoto hacia su fuente, la absorbe en el Sí mismo y finalmente la destruye.

Es un principio básico de la enseñanza de Sri Ramana que un Gurú es necesario para casi todo aquel que está esforzándose hacia una consciencia permanente del Sí mismo. El papel catalítico del Gurú en el desarrollo espiritual es por lo tanto crucial; excepto en raras excepciones, la ignorancia del Sí mismo está tan profundamente arraigada que los buscadores individuales son incapaces de escapar de ella por sus propios esfuerzos.

Aunque Sri Ramana enseñaba que un Gurú en indispensable para aquellos que buscan la realización de Sí mismo, también señalaba que el Gurú no tiene ningún poder para llevar a efecto la realización en aquellos que no la buscan con energía. Si el buscador individual hace un intento serio de descubrir el Sí mismo, entonces la gracia y el poder del Gurú comenzarán a fluir automáticamente. Si no se hace ningún tal intento, el Gurú no puede hacer nada.

Las conversaciones en este capítulo resumen los puntos de vista de Sri Ramana sobre la naturaleza del Gurú y el papel que juega en la realización del Sí mismo. El modo distintivo en que Sri Ramana utilizaba su propio poder será explorado en mayor detalle en el capítulo nueve.

Pregunta: ¿Qué es la gracia del Gurú? ¿Cómo conduce a la realización de Sí mismo?.

Respuesta: El Gurú es el Sí mismo. A veces en su vida un hombre deviene insatisfecho y, no contento con lo que tiene, busca la satisfacción de sus deseos a través de la oración a Dios. Su mente se purifica gradualmente hasta que anhela conocer a Dios más que obtener su gracia para satisfacer sus deseos mundanales. Entonces, la gracia de Dios comienza a manifestarse. Dios toma la forma de un Gurú y se aparece al devoto, le enseña la verdad y, además purifica su mente mediante su compañía. La mente del discípulo gana fuerza y es entonces capaz de volverse hacia adentro. Por la meditación se purifica aún más y permanece en quietud sin la más pequeña onda. Esa expansión calma es el Sí mismo.

El Gurú es a la vez externo e interno. Desde el exterior da un empujón a la mente para volverla hacia adentro. Desde el interior tira de la mente hacia el Sí mismo y ayuda en su aquietamiento. Eso es la gracia del Gurú. No hay ninguna diferencia entre Dios, el Gurú y el Sí mismo.

Pregunta: En la Sociedad Theosophica meditan a fin de buscar maestros que les guíen.

Respuesta: El maestro está dentro; la meditación tiene la intención de disolver la idea ignorante de que el maestro está solamente afuera. Si es un extraño a quien usted espera, no le quedará más remedio que desaparecer también. ¿Cuál es la utilidad de un ser pasajero así?. Pero mientras usted piense que usted está separado o que usted es el cuerpo, un maestro externo también es necesario y parecerá tener un cuerpo. Cuando la identificación errónea de uno mismo con el cuerpo

cesa, se encuentra que el maestro no es ningún otro que el Sí mismo.

Pregunta: ¿Nos ayudará el Gurú a conocer el Sí mismo a través de la iniciación?.

Respuesta: ¿Le sujeta el Gurú a usted por la mano y le murmura al oído?. Usted puede imaginar que él es lo que usted mismo es. Debido a que usted piensa que usted es con un cuerpo, usted piensa que él también tiene un cuerpo y que le hará a usted algo tangible. Su trabajo yace dentro, en el reino espiritual.

Pregunta: ¿Cómo se encuentra el Gurú?.

Respuesta: Dios, que es inmanente, se apiada en su gracia del devoto amante y se manifiesta a sí mismo de acuerdo con el desarrollo del devoto. El devoto piensa que él es un hombre y espera una relación entre dos cuerpos físicos. Pero el Gurú que es Dios o el Sí mismo encarnado trabaja desde dentro, ayuda al hombre a ver el error de sus malos pasos y le guía sobre la vía recta hasta que realiza el Sí mismo dentro.[1].

Pregunta: ¿Cuáles son las marcas de un maestro real [*sadguru*]?.

Respuesta: Morar constantemente en el Sí mismo, mirar a todos con un ojo igual, un coraje inconmovible en todo tiempo, en todo lugar y en toda circunstancia[2].

Pregunta: Hay numerosos maestros espirituales que enseñan diferentes vías, ¿A quién se debe tomar por Gurú?.

Respuesta: Elija a aquel donde usted encuentre que obtiene *shanti* [la paz][3].

Pregunta: ¿No debemos considerar sus enseñanzas?.

Respuesta: El que instruye a un buscador ardiente a que haga esto o aquello no es un verdadero maestro. El buscador está ya agobiado por sus actividades y quiere paz y reposo. En otras palabras quiere la cesación de sus actividades. Si un maestro le dice que haga algo en adición a sus otras actividades o en lugar de ellas, ¿puede eso ser una ayuda para el buscador?.

La actividad es creación. La actividad es la destrucción de la propia felicidad inherente de uno. Si se aconseja la actividad el aconsejador no es maestro sino un matador. En tales

circunstancias puede decirse que o bien el creador [*Brahma*] o bien la muerte [*Yama*] se han presentado bajo el disfraz de un maestro. Una persona tal no puede liberar al aspirante, solamente puede hacer más fuertes sus cadenas[4].

Pregunta: ¿Cómo puedo encontrar mi propio Gurú?.

Respuesta: Por la meditación intensa[5].

Pregunta: Si es verdad que el Gurú es el propio Sí mismo de uno, ¿cuál es el principio detrás de la doctrina que dice que, por muy instruido que un discípulo pueda ser o sea cuales fueren los poderes ocultos que pueda poseer, no puede alcanzar la realización de Sí mismo sin la gracia del Gurú?.

Respuesta: Aunque en la verdad absoluta el estado del Gurú es el de uno mismo [el Sí mismo], es muy difícil para el sí mismo que ha devenido el individuo [*jiva*] a través de la ignorancia realizar su estado o naturaleza verdadero sin la gracia del Gurú.

Pregunta: ¿Cuáles son las marcas de la gracia del Gurú?.

Respuesta: Él está más allá de las palabras o los pensamientos.

Pregunta: Si eso es así, ¿cómo es que se dice que el discípulo realiza su verdadero estado por la gracia del Gurú?.

Respuesta: Es como el elefante que se despierta al ver un león en su sueño. Lo mismo que el elefante se despierta a la mera vista del león, así también es cierto que el discípulo se despierta del sueño de la ignorancia dentro de vigilia del verdadero conocimiento a través de la benevolente mirada de la gracia del Gurú.

Pregunta: ¿Cuál es la significación del dicho de que la naturaleza del Gurú real es la del Señor supremo [*sarvesvara*]?.

Respuesta: Primeramente, el alma individual que desea alcanzar el estado de Divinidad, o el estado de verdadero conocimiento, practica una devoción incesante. Cuando la devoción del individuo ha alcanzado una etapa madura, el Señor, que es el testigo de esa alma individual e idéntico con ella, se manifiesta. Aparece en la forma humana con la ayuda de *sat-chit-ananda*, sus tres características naturales, y con forma y nombre que él asume graciosamente. Bajo pretexto de bendecir

al discípulo le absorbe en sí mismo. Acordemente a esta doctrina el Gurú puede ser llamado verdaderamente el Señor.

Pregunta: ¿Cómo entonces algunas grandes personas alcanzaron el conocimiento sin un Gurú?.

Respuesta: Para unas pocas personas maduras el Señor brilla como la luz del conocimiento sin forma e imparte la consciencia de la verdad[6].

Pregunta: ¿Cómo hay que decidir sobre un Gurú apropiado? ¿Cuál es la *swarupa* [la naturaleza o forma real] de un Gurú?.

Respuesta: El Gurú apropiado es aquel hacia quien su mente (de usted) está en sintonía. Si usted pregunta, «¿Cómo decidir quién es el Gurú y cuál es su *swarupa*?», debe estar dotado de tranquilidad, paciencia, indulgencia y demás virtudes; debe ser capaz de atraer a otros inclusive con sus ojos lo mismo que un imán atrae al hierro; debe tener un sentimiento de igualdad hacia todo. El que tiene estas virtudes es el verdadero Gurú, pero si uno quiere conocer la *swarupa* [naturaleza o forma real] del Gurú, uno debe conocer su propia *swarupa* primero. ¿Cómo puede uno conocer la naturaleza real del Gurú si uno no conoce su propia naturaleza real primero?. Si usted quiere percibir la naturaleza o forma real del Gurú primero debe usted aprender a mirar el universo entero como *Guru rupam* [la forma del Gurú]. Uno debe ver al Gurú en todos los seres vivos. Es lo mismo con Dios. Usted debe mirar a todos los objetos como *rupa* [forma] de Dios. ¿Cómo puede el que conoce su propio Sí mismo percibir la forma real de Dios o la forma real del Gurú?. ¿Cómo puede determinarlas?. Por lo tanto, primero de todo conozca su propia forma y naturaleza real (de usted).

Pregunta: ¿No es necesario un Gurú para conocer eso?.

Respuesta: Eso es verdad. El mundo contiene muchos grandes hombres. Mire como a su Gurú a aquel con quien su mente sintoniza. Aquel en quien usted tiene fe es su Gurú[7].

Pregunta: ¿Cuál es la significación de la gracia del Gurú en el logro de la liberación?.

Respuesta: La liberación no está en ninguna parte fuera de usted. Está solamente dentro. Si un hombre está ansioso por la

liberación, el Gurú interno tira de él y el Gurú externo le empuja hacia el Sí mismo. Esto es la gracia del Gurú[8].

Pregunta: Algunas gentes cuentan que usted ha dicho que no había ninguna necesidad de Gurú. Otros cuentan lo opuesto. ¿Qué dice Maharshi?.

Respuesta: Yo nunca he dicho que no haya ninguna necesidad de un Gurú.

Pregunta: Sri Aurobindo y otros dicen que usted no ha tenido ningún Gurú.

Respuesta: Todo depende de lo que usted llame un Gurú. No necesita estar en una forma humana. Dattatreya tuvo veinticuatro Gurús incluyendo los cinco elementos —tierra, agua, etc. Todo objeto en este mundo era su Gurú.

El Gurú es absolutamente necesario. Las *Upanishads* dicen que nadie excepto un Gurú puede sacar a un hombre de la jungla del intelecto y de las percepciones de los sentidos. Así pues, debe haber un Gurú.

Pregunta: Quiero decir un Gurú humano —Maharshi no tuvo ninguno.

Respuesta: Yo podría haber tenido uno en un tiempo u otro. ¿Pero no canté himnos a Arunachala?[9]. ¿Qué es un Gurú?. El Gurú es Dios o el Sí mismo. Primeramente un hombre reza a Dios para que él cumpla sus deseos. Pero llega un tiempo en que ya no reza más por el cumplimiento de sus deseos materiales sino por Dios mismo. Dios se le aparece entonces en una forma u otra, humana o no-humana, para guiarle hacia sí mismo en respuesta a su oración y acordemente a sus necesidades[10].

Pregunta: Cuando se es leal a un Maestro, ¿se puede respetar a otros?.

Respuesta: El Gurú es solamente uno. Él no es físico. Mientras hay debilidad se necesita el soporte de la fuerza.

Pregunta: J. Krishnamurti dice, «Ningún Gurú es necesario».

Respuesta: ¿Cómo lo ha sabido?. Uno puede decir eso después de realizar pero no antes[11].

Pregunta: ¿Puede Sri Bhagavan ayudarnos a realizar la verdad?.

Respuesta: La ayuda está siempre aquí.

Pregunta: Entonces no hay ninguna necesidad de hacer preguntas. Yo no siento la ayuda siempre-presente.

Respuesta: Sométase y usted la encontrará.

Pregunta: Yo estoy siempre a sus pies. ¿Nos dará Bhagavan alguna *upadesa* [enseñanza] para seguir?. De otro modo, ¿cómo puedo yo obtener la ayuda viviendo a 600 millas de distancia (de aquí)?.

Respuesta: El *sadguru* [el Gurú que es uno con el ser] está dentro.

Pregunta: El *sadguru* es necesario para guiarme a comprenderlo.

Respuesta: El *sadguru* está dentro.

Pregunta: Yo quiero un Gurú visible.

Respuesta: Ese Gurú visible dice que él está dentro[12].

Pregunta: ¿No depende el éxito de la gracia del Gurú?.

Respuesta: Sí, así es. ¿No se debe su práctica misma a una tal gracia?. Los frutos son el resultado de la práctica y la siguen automáticamente. Hay una estancia en *Kaivalya* que dice, «¡Oh Gurú!. Tú has estado siempre conmigo, observándome a través de varias reencarnaciones, y ordenando mi curso hasta que me he liberado». El Sí mismo se manifiesta externamente como el Gurú cuando la ocasión lo requiere, de otro modo está siempre dentro, haciendo lo que es necesario[13].

Pregunta: Algunos discípulos de Shirdi Sai Baba rinden culto a un retrato suyo y dicen que (el retrato) es su Gurú. ¿Cómo puede ser eso?. Pueden rendirle culto como Dios, ¿pero cuál beneficio pueden obtener rindiéndole culto como su Gurú?.

Respuesta: Con eso se procuran la concentración.

Pregunta: Eso está muy bien, estoy de acuerdo. Puede ser en alguna medida un ejercicio de concentración. ¿Pero no se requiere un Gurú para esa concentración?.

Respuesta: Ciertamente, pero después de todo, Gurú solamente significa *guri*, concentración.

Pregunta: ¿Cómo puede un retrato sin vida ayudar a desarrollar la concentración profunda?. Ello requiere un Gurú vivo que pueda mostrarlo en la práctica. Es posible quizás para

Bhagavan alcanzar la perfección sin un Gurú vivo, ¿pero es posible para gentes como yo mismo?.

Respuesta: Eso es cierto. Aún así, rindiendo culto a un retrato sin vida, la mente logra concentrarse hasta un cierto punto. Esa concentración no permanecerá constante a menos que uno conozca su propio Sí mismo por la indagación. Para esa indagación, sí es necesaria la ayuda de un Gurú[14].

Pregunta: Se dice que el Gurú puede hacer que su discípulo realice el Sí mismo trasmitiéndole algo de su propio poder. ¿Es ello cierto?.

Respuesta: Sí. El Gurú no provoca la realización de Sí mismo. Simplemente quita los obstáculos a ello. El Sí mismo está siempre realizado.

Pregunta: ¿Es absolutamente necesario tener un Gurú si uno está buscando la realización de Sí mismo?.

Respuesta: Mientras usted busca la realización de Sí mismo el Gurú es necesario. El Gurú es el Sí mismo. Tome el Gurú como el Sí mismo real y su sí mismo como el sí mismo individual. La desaparición de este sentido de dualidad es la disolución de la ignorancia. Mientras la dualidad persiste en usted el Gurú es necesario. Debido a que usted se identifica a usted mismo con el cuerpo usted piensa que el Gurú es también un cuerpo. Usted no es el cuerpo, ni lo es tampoco el Gurú. Usted es el Sí mismo y también lo es el Gurú. Este conocimiento se obtiene por lo que usted llama la realización de Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo se puede saber si un individuo particular es competente para ser un Gurú?.

Respuesta: Por la paz de mente encontrada en su presencia y por el sentido de respeto que usted siente hacia él.

Pregunta: Si acontece que el Gurú resulta incompetente, ¿cuál será el destino del discípulo que tiene fe implícita en él?.

Respuesta: Cada uno de acuerdo con sus méritos[15].

Pregunta: ¿Puedo tener la gracia del Gurú?.

Respuesta: La gracia está siempre aquí.

Pregunta: Pero yo no la siento.

Respuesta: La sumisión hará que uno comprenda la gracia.

Pregunta: Yo he sometido corazón y alma. Yo soy el mejor juez de mi corazón. Sin embargo no siento la gracia.

Respuesta: Si usted se hubiera sometido las preguntas no surgirían.

Pregunta: Me he sometido. Sin embargo las cuestiones surgen.

Respuesta: La gracia es constante. Su juicio es variable. ¿Dónde más estaría el fallo?[16].

Pregunta: ¿Se puede tener más de un maestro espiritual?.

Respuesta: ¿Quién es su maestro?. Es el Sí mismo después de todo. De acuerdo con las etapas de desarrollo de la mente el Sí mismo se manifiesta como el maestro externamente. El famoso santo antiguo Dattatreya dijo que tenía más de veinticuatro maestros. El maestro es aquel de quien uno aprende algo. El Gurú puede ser a veces inanimado también, como en el caso de Dattatreya. Dios, el Gurú y el Sí mismo son idénticos.

Un hombre inclinado hacia la espiritualidad piensa que Dios es omnipenetrante y toma a Dios por su Gurú. Más tarde, Dios le pone en contacto con un Gurú personal y el hombre le reconoce como todo en todo. Por último, por la gracia del maestro al mismo hombre se le hace sentir que su Sí mismo es la realidad y nada más. Y así encuentra que el Sí mismo es el maestro[17].

Pregunta: Se dice en *Srimad Bhagavad Gita*: «Realiza el Sí mismo con el puro intelecto y también por el servicio al Gurú y por la indagación». ¿Cómo han de reconciliarse?.

Respuesta: «*Iswaro Gururatmeti*» —*Iswara*, Dios y el Sí mismo son idénticos. Mientras el sentido de dualidad persiste en usted, usted busca un Gurú, pensando que él es diferente de usted. Sin embargo, él le enseña a usted la verdad y usted obtiene el conocimiento[18].

Sólo el que confiere el conocimiento supremo del Sí mismo al alma haciéndola volverse hacia el Sí mismo, es el supremo Gurú que es alabado por los sabios como la forma de Dios, que es el Sí mismo. Aférrese a él. Por la proximidad del Gurú y sirviéndole fielmente se debe aprender a través de su gracia la causa del nacimiento y del sufrimiento de uno. Sabiendo

entonces que éstos se deben al extravío de uno del Sí mismo, es mejor permanecer firmemente como el Sí mismo.

Aunque a aquellos que han abrazado y que siguen firmemente la vía de la salvación puede acontecer a veces que se aparten de la vía Védica bien sea debido al olvido o bien a algunas otras razones, sepa que en ninguna ocasión deben ir contra las palabras del Gurú. Las palabras de los sabios aseguran que si uno hace un agravio a Dios, puede ser rectificado por el Gurú, pero que un agravio hecho a un Gurú no puede ser rectificado ni siquiera por Dios.

Para el que, debido a un raro, intenso y abundante amor, tiene una fe completa en la mirada de la gracia conferida por el Gurú, no habrá ningún sufrimiento y vivirá en este mundo como *Puruhuta* [un nombre de Indra, el rey de los Dioses].

La paz, la única cosa que es deseada por todos, no puede ser alcanzada de ninguna manera, por nadie, en ningún tiempo ni en ningún lugar, a menos que se obtenga la quietud de mente a través de la gracia del *sadguru*. Por lo tanto busque siempre esa gracia con una mente despierta[19].

Pregunta: Hay discípulos de Bhagavan que han tenido su gracia y que se han realizado sin ninguna dificultad considerable. Yo también quiero tener esa gracia. Siendo una mujer y viviendo a una larga distancia no puedo permitirme a mí misma la sagrada compañía de Maharshi tanto ni tan a menudo como yo querría. Posiblemente no pueda volver aquí de nuevo. Suplico la gracia de Bhagavan. Cuando esté de regreso en mi lugar, quiero recordar a Bhagavan. Que Bhagavan acepte conceder mi súplica.

Respuesta: ¿A dónde va a ir usted?. Usted no va a ir a ninguna parte. Incluso suponiendo que usted fuera su cuerpo, ¿ha venido su cuerpo desde Lucknow a Tiruvannamalai?. Usted simplemente se ha sentado en el autobús y un transporte u otro se ha movido. Y finalmente usted dice que usted ha venido. El hecho es que usted no es el cuerpo. El Sí mismo no se mueve, el mundo se mueve en él. Usted es solamente lo que usted es. No hay ningún cambio en usted. De modo que, inclusive después de

lo que aparece como su partida de aquí, usted está aquí y allí y por todas partes. Sólo las escenas cambian.

En cuanto a la gracia, la gracia está dentro de usted. Si es externa es inútil. La gracia es el Sí mismo. Usted jamás está fuera de su operación. La gracia está siempre aquí.

Pregunta: Quiero decir que cuando recuerde su forma (de usted), mi mente se fortalezca y venga de su lado una respuesta también. Que no me quede sola con mis esfuerzos individuales, los cuales, después de todo, son harto débiles.

Respuesta: La gracia es el Sí mismo. Ya lo he dicho, si usted recuerda a Bhagavan, usted es empujada a hacerlo por el Sí mismo. ¿No está la gracia ya ahí? ¿Hay algún momento en que la gracia no esté operando en usted?. Su recordación es el heraldo de la gracia. Esa es la respuesta, eso es el estímulo, eso es el Sí mismo y eso es la gracia. No hay ningún motivo para la ansiedad[20].

Pregunta: ¿Puedo dispensarme de la ayuda exterior y por mi propio esfuerzo obtener la verdad más profunda por mí mismo?.

Respuesta: El hecho mismo de que usted esté poseído por la búsqueda del Sí mismo es una manifestación de la gracia divina. Ella brilla en el Corazón, el ser interno, el Sí mismo real. Tira de usted desde dentro. Usted tiene que intentar entrar desde afuera. Su intento es la búsqueda ardorosa, el profundo movimiento interior es la gracia. Por eso es por lo que digo que no hay ninguna búsqueda real sin gracia, y tampoco hay ninguna gracia activa para el que no busca el Sí mismo. Ambas son necesarias[21].

Pregunta: ¿Cuánto tiempo es necesario un Gurú para la realización de Sí mismo?.

Respuesta: El Gurú es necesario mientras hay ignorancia. La ignorancia se debe a la limitación auto-impuesta pero errónea del Sí mismo. Dios, cuando es adorado, confiere constancia en la devoción, la cual conduce a la sumisión. Cuando hay sumisión devota, Dios muestra su misericordia manifestándose como el Gurú. El Gurú, de otra manera Dios, guía al devoto, diciendo que Dios está dentro y que él no es diferente del Sí mismo. Esto

conduce a la introversión de la mente y finalmente a la realización.

Pregunta: Si la gracia es tan importante, ¿cuál es el papel del esfuerzo individual?.

Respuesta: El esfuerzo es necesario hasta el estado de realización. Inclusive entonces el Sí mismo debe devenir espontáneamente evidente, de otro modo la felicidad no será completa. Hasta ese estado de espontaneidad debe haber esfuerzo en una forma u otra[22].

Hay un estado más allá de nuestros esfuerzos o no-esfuerzos. Hasta que se realiza, el esfuerzo es necesario. Después de saborear tal felicidad, aunque sea sólo una vez, uno intentará recuperarla repetidamente. Una vez experimentada la felicidad de la paz, nadie quiere estar fuera de ella o entregarse a ninguna otra actividad[23].

Pregunta: ¿Es necesaria la gracia divina para alcanzar la realización, o pueden los esfuerzos de un individuo honesto conducir por sí solos al estado del cual no hay ningún retorno a la vida y muerte?.

Respuesta: La gracia divina es esencial para la realización. Le conduce a uno a la realización de Dios. Pero tal gracia se confiere solamente a aquellos que se han esforzado dura e incesantemente sobre la vía hacia la liberación[24].

Pregunta: ¿Tiene la distancia algún efecto sobre la gracia?.

Respuesta: El tiempo y el espacio están dentro de nosotros. Usted está siempre en su Sí mismo. ¿Cómo pueden afectarle el tiempo y el espacio?.

Pregunta: En la radio aquellos que están más cerca oyen más pronto. Usted es hindú, nosotros somos americanos. ¿Supone esto alguna diferencia?.

Respuesta: No.

Pregunta: Inclusive los pensamientos son leídos por otros.

Respuesta: Eso muestra que todos somos uno[25].

Pregunta: ¿Siente Bhagavan por nosotros y nos muestra su gracia?.

Respuesta: Usted está sumergido hasta el cuello en agua y sin embargo pide agua a gritos. Vale lo mismo decir que uno

está sumergido en agua y que se siente sediento, o que un pez en el agua siente sed, o que el agua misma siente sed[26].

La gracia está siempre aquí. «La no-pasión no puede ser adquirida, ni tampoco la realización de la verdad, ni la inherencia en el Sí mismo, en la ausencia de la gracia del Gurú».

Pero la práctica es también necesaria. Permanecer en el Sí mismo por los propios esfuerzos de uno es como amansar a un toro bravo encerrado en su establo tentándole con hierba jugosa e impidiéndole extraviarse[27].

Pregunta: Recientemente me he tropezado con una canción *Tamil* en la cual el autor se lamenta de que él no es como el tenaz mono pequeño que puede agarrarse a su madre fuertemente, sino más bien como un gatito gimiente que debe ser llevado por el cuello en las fauces de su madre. El autor por lo tanto ruega a Dios que se haga cargo de él. Mi caso es exactamente el mismo. Usted debe tener compasión de mí, Bhagavan. Sujéteme por el cuello y vea que no me caigo ni me hiero.

Respuesta: Eso es imposible. Es necesario a la vez que usted se esfuerce y que el Gurú ayude[28].

Pregunta: ¿Cuánto tiempo le llevará a uno obtener la gracia del Gurú?.

Respuesta: ¿Por qué desea usted saberlo?.

Pregunta: Para que me dé esperanza.

Respuesta: Ese deseo mismo es un obstáculo. El Sí mismo está siempre aquí, no hay nada sin él. Sea el Sí mismo y los deseos y las dudas desaparecerán[29].

La gracia es el comienzo, el medio y el fin. La gracia es el Sí mismo. Debido a la falsa identificación del Sí mismo con el cuerpo se considera que el Gurú es un cuerpo. Pero desde la perspectiva del Gurú, el Gurú es solamente el Sí mismo. El Sí mismo es uno solamente y el Gurú le dice a usted que sólo el Sí mismo es. ¿No es entonces el Sí mismo su Gurú? ¿De dónde más vendrá la gracia?. Es del Sí mismo sólo. La manifestación del Sí mismo es una manifestación de gracia y viceversa. Todas estas dudas surgen debido a la visión errónea y a la consecuente

expectativa de las cosas externas para uno mismo. Nada es externo al Sí mismo[30].

CAPÍTULO 9. SILENCIO Y *SAT-SANGA*

Aunque Sri Ramana daba gustoso sus enseñanzas verbales a cualquiera que las pedía, frecuentemente señalaba que sus «enseñanzas silentes» eran más directas y más poderosas. Estas «enseñanzas silentes» consistían en una fuerza espiritual que parecía emanar de su forma, una fuerza tan poderosa que él consideraba que era el aspecto más directo e importante de sus enseñanzas. En lugar de dar instrucciones verbales sobre cómo controlar la mente, él emitía sin esfuerzo un poder silente que aquietaba automáticamente las mentes de todo el mundo a su alrededor. Las gentes que estaban en sintonía con esta fuerza cuentan que la experimentaban como un estado de paz y de bienestar interior; en algunos devotos avanzados precipitaba inclusive una experiencia directa del Sí mismo.

Este método de enseñanza tiene una larga tradición en la India, siendo su exponente más famoso Dakshinamurti, una manifestación de Siva que llevó a cuatro sabios eruditos a una experiencia del Sí mismo por medio del poder de su silencio. Sri Ramana hablaba frecuentemente de Dakshinamurti con gran aprobación y su nombre prolifera en muchas de las conversaciones de este capítulo.

Este flujo de poder desde el Gurú puede ser recibido por cualquiera cuya atención está enfocada sobre el Sí mismo o sobre la forma del Gurú; la distancia no es ningún impedimento a su eficacia. A esta atención a menudo se la llama *sat-sanga*, lo cual significa literalmente «asociación con el ser». Sri Ramana alentaba encarecidamente esta práctica y decía frecuentemente que era la manera más eficiente de provocar una experiencia directa del Sí mismo. Tradicionalmente implica estar en la presencia física del que ha realizado el Sí mismo, pero Sri Ramana le daba una definición mucho más amplia. Decía que el elemento más importante en *sat-sanga* es la conexión mental

con el Gurú; *sat-sanga* tiene lugar no solamente en su presencia sino dondequiera que uno piensa en él y siempre que uno piensa en él.

La siguiente cita da una indicación del poder de *sat-sanga*. Consta de cinco versos Sánskritos extraviados con los cuales Sri Ramana se tropezó en varias ocasiones. Estaba tan impresionado por sus contenidos que los tradujo al Tamil y los incorporó en *Ulladu Narpadu Anubandham*, una de sus propias obras escritas que trata de la naturaleza de la realidad.

1 Por *sat-sanga* se disolverá la asociación con los objetos del mundo. Cuando se ha disuelto esa asociación con los objetos del mundo se destruirán los apegos o tendencias de la mente. Aquellos que están desprovistos de apego mental perecerán en eso que es inmutable. Así alcanzan *jivan mukti* [la liberación].
Ama su asociación.

2 El supremo estado que es alabado y que se alcanza aquí en esta vida por la limpia *vichara* [indagación], la cual surge en el Corazón cuando se gana la asociación con un *sadhu* [una persona noble, o uno que ha realizado el Sí mismo], es imposible de alcanzar escuchando a los predicadores, estudiando y aprendiendo el significado de las escrituras, haciendo obras virtuosas o por cualesquiera otros medios.

3 Si uno gana la asociación con *sadhus*, ¿de qué utilidad son todas las observaciones religiosas [*niyamas*]?. Cuando está soplando la excelente brisa del sur, ¿cuál es la utilidad de tener un abanico?.

4 El calor lo hará desaparecer la luna fría, la pobreza la hará desaparecer el árbol que cumple todos los deseos, y el pecado lo hará desaparecer el Ganges. Pero sabe que todos éstos, comenzando con el calor, desaparecerán teniendo meramente el *darshan* [la mirada] de *sadhus* incomparables.

5 Los lugares del baño sagrado, los cuales se componen de agua, y las imágenes de las deidades, las cuales están hechas de piedra y tierra, no pueden ser comparables a

> esas grandes almas [*mahatmas*]. ¡Ah, qué maravilla!. Los lugares del baño y las deidades confieren pureza de mente después de incontables días, mientras que tal pureza se confiere instantáneamente a las gentes tan pronto como los *sadhus* los miran con sus ojos[1].

Pregunta: ¿Por qué Bhagavan no va de un lado a otro predicando la verdad a las gentes?.

Respuesta: ¿Cómo sabe usted que no lo estoy haciendo? ¿Consiste predicar en subir a una plataforma y arengar a las gentes congregadas?. Predicar es simple comunicación de conocimiento; en realidad solamente puede hacerse en silencio; ¿qué piensa usted de un hombre que escucha un sermón durante una hora y que se marcha sin haber sido impresionado por él de manera que cambie su vida?. Compárelo con otro, que se sienta en una sagrada presencia y que se va después de algún tiempo con su visión de la vida totalmente cambiada. ¿Qué es mejor, predicar en voz alta sin efecto o sentarse en silencio enviando nuestra fuerza interior?.

Pero veamos, ¿cómo surge el lenguaje?. Primero hay conocimiento abstracto. De éste surge el ego, el cual a su vez provoca el pensamiento, y el pensamiento la palabra hablada. Así pues, la palabra es el biznieto de la fuente original. Si la palabra puede producir un efecto, juzgue por usted mismo, cuánto más poderosa debe ser la predicación a través del silencio[2].

Pregunta: ¿Cómo puede el silencio ser tan poderoso?.

Respuesta: Un realizado emite oleadas de influencia espiritual las cuales atraen a muchas gentes hacia él. Sin embargo, él puede estar sentado en una caverna y mantener un completo silencio. Nosotros podemos escuchar conferencias sobre la verdad e irnos después con apenas algún atisbo del tema, pero la entrada en contacto con un realizado, aunque él no hable nada, dará mucha más luz sobre el tema. Él jamás necesita salir entre el público. Si es necesario puede usar a otros como instrumentos[3].

El Gurú es el dador del silencio que revela la luz del conocimiento de Sí mismo, la cual brilla como la realidad residual. Las palabras habladas no son de ninguna utilidad si los ojos del Gurú se encuentran con los ojos del discípulo[4].

Pregunta: ¿Da Bhagavan *diksha* [iniciación]?.

Respuesta: *Mouna* [silencio] es la mejor y la más poderosa *diksha*. Esa fue practicada por Sri Dakshinamurti. La iniciación por contacto, mirada, etc., son todas de un orden más bajo. La iniciación silente cambia los corazones de todos[5].

Dakshinamurti observaba silencio cuando los discípulos se acercaban a él. Esa es la forma más elevada de iniciación. Incluye las demás formas. En las otras *dikshas* debe establecerse la relación sujeto-objeto. Primeramente debe emanar el sujeto y después el objeto. A menos que estos dos estén aquí, ¿cómo va uno a mirar o a tocar al otro?. *Mouna diksha* es la más perfecta; comprende la mirada, el contacto y la enseñanza. Purificará al individuo de todas las maneras y le establecerá en la realidad[6].

Pregunta: Swami Vivekananda dice que un Gurú espiritual puede transferir la espiritualidad substancialmente al discípulo.

Respuesta: ¿Hay alguna substancia que transferir?. Transferir significa la erradicación del sentido de ser el discípulo. El maestro lo hace. No que el hombre fuera algo en un tiempo y se metamorfosee después en otro.

Pregunta: ¿No es la gracia el don del Gurú?.

Respuesta: Dios, gracia y Gurú son todos sinónimos y también eternos e inmanentes. ¿No está el Sí mismo ya dentro? ¿Le corresponde al Gurú otorgarlo con su mirada?. Si un Gurú piensa así, no merece el nombre.

Los libros dicen que hay muchos tipos de *diksha* iniciación por la mano, por contacto, por el ojo, etc. También dicen que el Gurú hace algunos ritos con fuego, agua, *japa* o *mantras* y llama a tales actuaciones fantásticas *dikshas*, como si el discípulo deviniera maduro solamente después de que el Gurú llevara a cabo tales procesos.

Si se busca al individuo no será encontrado en ninguna parte. Tal es el Gurú. Tal es Dakshinamurti. ¿Qué hacía él? Estaba

silencioso cuando los discípulos aparecían ante él. Se mantenía en silencio y las dudas de los discípulos se disipaban, lo cual significa que perdían sus identidades individuales. Eso es *jnana* y no toda la verborrea usualmente asociada con él.

El silencio es la forma de trabajo más potente. Por vastos y enfáticos que los *sastras* [escrituras] puedan ser fallan en su efecto. El Gurú está en quietud y la paz prevalece en todo. Su silencio es más vasto y más enfático que todos los *sastras* juntos. Estas preguntas surgen debido al sentimiento de que, habiendo estado aquí durante tanto tiempo, escuchando tanto, trabajando tanto, uno no ha ganado nada. El trabajo que se lleva a cabo dentro no es visible. De hecho el Gurú está siempre dentro de usted[7].

Pregunta: ¿Puede el silencio del Gurú provocar realmente estados avanzados de consciencia espiritual?.

Respuesta: Hay una antigua historia que muestra el poder del silencio del Gurú. Tattvaraya compuso un *bharani*, un tipo de composición poética en Tamil, en honor de su Gurú Swarupananda, y convocó una asamblea de pandits eruditos para que escucharan la obra y evaluaran su mérito. Los pandits suscitaron la objeción de que un *bharani* se componía solamente en honor de grandes héroes capaces de matar un millar de elefantes en batalla y que no estaba dentro del orden una obra tal en honor de un ascético. A lo cual el autor dijo, «Vayamos todos a mi Gurú y resolvamos esta cuestión allí». Fueron al Gurú y después de que todos se hubieron sentado, el autor dijo a su Gurú el propósito de su visita. El Gurú se sentó en silencio y todos los demás se quedaron también en *mouna*. Así pasó todo el día, vino la noche, y algunos días y noches más, y sin embargo todos estaban sentados allí en silencio, sin que les sobreviniera ningún pensamiento en absoluto a ninguno de ellos y sin que nadie pensara o preguntara por qué habían venido allí. Después de tres o cuatro días así, el Gurú movió un poco su mente, y las gentes allí reunidas recuperaron inmediatamente su actividad de pensamiento. Entonces declararon. «Conquistar un millar de elefantes no es nada al lado del poder de este Gurú para conquistar los enardecidos elefantes de todos nuestros egos

juntos. ¡Así pues, ciertamente merece el nombre de *bharani* en su honor!»[8].

Pregunta: ¿Cómo trabaja este poder silencioso?.

Respuesta: El lenguaje es solamente un medio para comunicar los pensamientos de uno a otro. Se requiere solamente después de que han surgido los pensamientos. Todos los demás pensamientos surgen solamente después de que surge el pensamiento «yo» y así el pensamiento «yo» es la raíz de toda conversación. Cuando se permanece sin pensar uno comprende a otro por medio del lenguaje universal del silencio.

El silencio está hablando siempre. Es un flujo de lenguaje perenne que es interrumpido por el habla. Estas palabras que yo estoy hablando obstruyen ese lenguaje mudo. Por ejemplo, hay electricidad fluyendo en un cable. Con una resistencia a su paso, enciende una bombilla o hace girar un ventilador. En el cable permanece como energía eléctrica. Similarmente también, el silencio es el eterno flujo del lenguaje, obstruido por las palabras.

Lo que no se alcanza a conocer por la conversación aunque dure varios años puede ser conocido instantáneamente en el silencio, o frente al silencio —Dakshinamurti y sus cuatro discípulos son un buen ejemplo de esto. Este es el lenguaje más elevado y más efectivo[9].

Pregunta: Bhagavan dice, «La influencia del *jnani* se cuela dentro del devoto en silencio». Bhagavan dice también, «El contacto con grandes hombres [*mahatmas*] es un medio eficaz de realizar el verdadero ser de uno».

Respuesta: Sí. ¿Cuál es la contradicción?. *Jnani*, grandes hombres, *mahatmas* —¿hace usted diferencias entre ellos?.

Pregunta: No.

Respuesta: El contacto con ellos es bueno. Ellos trabajarán a través del silencio. Hablar reduce su poder. El silencio es poderosísimo. El lenguaje es siempre menos poderoso que el silencio, de modo que el contacto mental es el mejor.

Pregunta: ¿Es esto válido inclusive después de la disolución del cuerpo físico del *jnani* o es verdad solamente mientras él está en carne y sangre?.

Respuesta: El Gurú no es la forma física. Así pues, el contacto permanecerá inclusive después de que la forma física del Gurú se desvanezca. Uno puede ir a otro Gurú después de que el Gurú de uno fallece, pero todos los Gurús son uno y ninguno de ellos es la forma que usted ve. El contacto mental es siempre el mejor[10].

Pregunta: ¿Es la operación de la gracia la mente del Gurú actuando sobre la mente del discípulo o es un proceso diferente?.

Respuesta: La forma de gracia más elevada es el silencio. Es también la *upadesa* [enseñanza] más elevada.

Pregunta: Vivekananda ha dicho también que el silencio es la forma de plegaria más alta.

Respuesta: Es así en lo que concierne al silencio del buscador. El silencio del Gurú es la *upadesa* [enseñanza] más alta. Es también la gracia en su forma más elevada. Todas las demás *dikshas* [iniciaciones] se derivan de *mouna* [silencio], y por lo tanto son secundarias. *Mouna* es la forma primaria. Si el Gurú está silente la mente del buscador se purifica por sí misma[11].

Pregunta: El silencio de Sri Bhagavan es él mismo una fuerza poderosa. Provoca una cierta paz de mente en nosotros.

Respuesta: El silencio es el lenguaje que jamás acaba. El lenguaje vocal obstruye el otro lenguaje del silencio. En el silencio uno está en íntimo contacto con lo que le rodea. El silencio de Dakshinamurti disolvió las dudas de los cuatro sabios. *Mouna vyakhya prakatita tattvam* significa la verdad expuesta por el silencio. Se dice que el silencio es exposición. El silencio es muy poderoso.

Para el lenguaje vocal, son necesarios los órganos del habla y ellos preceden al habla. Pero el otro lenguaje está inclusive más allá del pensamiento. Es, en resumen, el lenguaje transcendente o la palabra no-hablada [*para vak*][12].

Pregunta: ¿Pueden beneficiarse todos de este silencio?.

Respuesta: El silencio es la verdadera *upadesa* [enseñanza]. Es adecuado solamente para el buscador muy avanzado. Los otros son incapaces de sacar plena inspiración de él. Por lo

tanto requieren palabras que expliquen la verdad. Pero la verdad está más allá de las palabras. No admite explicación. Todo lo que es posible hacer es indicarla[13].

Pregunta: Se dice que una sola mirada de un *mahatma* es suficiente, que los ídolos, peregrinaciones, etc. no son tan efectivos. Yo he estado aquí durante tres meses, pero no sé como he sido beneficiado por la mirada de Maharshi.

Respuesta: La mirada tiene un efecto purificador. La purificación no puede ser visualizada. Lo mismo que un pedazo de carbón mineral le lleva mucho tiempo encenderse, a un pedazo de carbón vegetal le lleva un tiempo más corto, y un montón de pólvora se enciende instantáneamente, así también con los grados de los hombres que entran en contacto con *mahatmas*[14]. El fuego de la sabiduría consume todas las acciones. La sabiduría se adquiere por asociación con el sabio [*sat-sanga*] o más bien con su atmósfera mental[15].

Pregunta: ¿Puede el silencio del Gurú llevar a efecto la realización si el discípulo no hace ningún esfuerzo?.

Respuesta: En la proximidad de un gran maestro, los *vasanas* cesan de ser activos, la mente deviene serena y resulta el *samadhi*. El discípulo gana así el verdadero conocimiento y la experiencia correcta en la presencia del maestro. Para permanecer imperturbable en ella son necesarios esfuerzos adicionales. Eventualmente el discípulo sabrá que ello es su ser real y se liberará así mientras aún vive[16].

Pregunta: Si la búsqueda tiene que hacerse dentro, ¿es necesario estar en la proximidad física del maestro?.

Respuesta: Es necesario estar en ella hasta que todas las dudas se acaban[17].

Pregunta: Yo no soy capaz de concentrarme por mí mismo. Estoy buscando una fuerza que me ayude.

Respuesta: Sí, eso se llama gracia. Individualmente nosotros somos incapaces debido a que la mente es débil. La gracia es necesaria. *Sadhu seva* [el servicio a un *sadhu*] la provocará. No hay sin embargo nada nuevo que obtener. Lo mismo que un hombre débil se somete al control de uno más fuerte, la mente débil de un hombre se somete a control fácilmente en la

presencia de *sadhus* plenamente realizados. Eso que es, es solamente gracia; no hay nada más[18].

Pregunta: ¿Es necesario servir al Gurú físicamente?.

Respuesta: Los *sastras* [escrituras] dicen que se debe servir al Gurú durante doce años a fin de obtener la realización de Sí mismo. ¿Qué hace el Gurú? ¿Transmite algo al discípulo? ¿No está el Sí mismos siempre realizado? ¿Qué significa entonces la creencia común?. El hombre es siempre el Sí mismo y sin embargo no lo sabe. En lugar de ello lo confunde con el no-Sí mismo, el cuerpo, etc. Tal confusión se debe a la ignorancia. Si se borra la ignorancia la confusión dejará de existir y se expondrá el verdadero conocimiento. Permaneciendo en contacto con sabios realizados el hombre pierde gradualmente la ignorancia hasta que su disolución es completa. Así se revela el eterno Sí mismo[19].

Pregunta: Usted dice que la asociación con los sabios [*sat-sanga*] y el servicio de ellos es algo que se requiere del discípulo.

Respuesta: Sí, lo primero significa en realidad la asociación con el *sat* [ser] no-manifestado o existencia absoluta, pero como muy pocos pueden hacer eso, tienen que tomar mejor lo segundo, lo cual es la asociación con el *sat* manifestado, es decir, el Gurú. La asociación con sabios debe hacerse debido a que los pensamientos son tan persistentes. El sabio ya ha rebasado la mente y permanece en paz. Estar en su proximidad ayuda a llevar a efecto esta condición en otros, de otro modo no hay ningún significado en buscar su compañía. El Gurú proporciona la fuerza que se necesita para esto, invisible para los demás. El servicio es primariamente morar en el Sí mismo, pero también incluye el bienestar del cuerpo del Gurú y el cuidado de su lugar de morada. El contacto con el Gurú es también necesario, pero esto significa contacto espiritual. Si el discípulo encuentra al Gurú internamente, entonces no importa dónde vaya. Estar aquí o en otra parte debe comprenderse como idéntico y con idéntico efecto[20].

Pregunta: Mi profesión me exige permanecer cerca de mi lugar de trabajo. No puedo quedarme en la vecindad de *sadhus*.

¿Puedo tener la realización inclusive en la ausencia de *sat-sanga*?.

Respuesta: *Sat* es *aham pratyaya saram*, el Sí mismo o sí mismos. El *sadhu* es ese Sí mismo o sí mismos. ¿Puede alguien permanecer sin el Sí mismo?. No. Así pues, nadie está desprovisto de *sat-sanga*[21].

Pregunta: ¿Es una ayuda la proximidad al Gurú?.

Respuesta: ¿Quiere decir usted la proximidad física? ¿Qué hay de bueno en ella?. Sólo la mente importa. Se debe entrar en contacto con la mente[22]. *Sat-sanga* hará que la mente se sumerja en el Corazón.

Tal asociación es a la vez mental y física. El ser visible del Gurú empuja a la mente hacia adentro. Él también está en el Corazón del buscador y así tira de la mente de éste hacia dentro del Corazón[23].

Pregunta: Todo lo que yo quiero saber es si *sat-sanga* es necesario y si mi venida aquí me ayudará o no.

Respuesta: Primero, usted debe decidir lo que es *sat-sanga*. Significa la asociación con *sat* o la realidad. Uno que conoce o que ha realizado *sat* es considerado también como *sat*. Tal asociación con *sat* o con el que conoce *sat* es absolutamente necesaria para todos. Sankara ha dicho que en los tres mundos no hay ninguna barca como *sat-sanga* para cruzar indemne el océano de los nacimientos y muertes[24].

Sat-sanga significa *sanga* [asociación] con *sat* [la realidad]. *Sat* es solamente el Sí mismo. Puesto que ahora se comprende que el Sí mismo es *sat*, se busca la compañía del sabio que así lo ha comprendido. Eso es *sat-sanga*. De ello resulta la introversión. Entonces *sat* [la realidad] se revela[25].

CUARTA PARTE

MEDITACIÓN Y YOGA

La mejor meditación es la que continúa en los tres estados. Debe ser tan intensa que no deje sitio siquiera al pensamiento «Yo estoy meditando»[1].

Una vez gustada la dicha de comprender la submersión de los sentidos engañosos, y habiendo acabado así con el conocimiento objetivo de la mente, del ego usurpador, conocer la luz sin luz y el sonido sin sonido en el Corazón es el verdadero poder del yoga [*yoga-sakti*][2].

CAPÍTULO 10. MEDITACIÓN Y CONCENTRACIÓN

La insistencia de Sri Ramana en que la consciencia (*awareness*) del pensamiento «yo» era un prerequisito para la realización de Sí mismo le condujo a la conclusión de que todas las prácticas espirituales que no incorporaban esta característica eran indirectas e ineficientes:

> «Esta vía [la atención al «yo»] es la vía directa; todas las demás son vías indirectas. La primera conduce al Sí mismo, las otras a otra parte. E inclusive si las otras llegan al Sí mismo se debe sólo a que finalmente conducen a la primera vía, la cual por último las lleva a la meta. Así pues, al final, los aspirantes deben adoptar la primera vía. ¿Por qué no hacerlo así ahora? ¿Por qué perder el tiempo?»[1].

Es decir, las demás técnicas pueden a veces llevarle a uno a un estado de quietud interior en el cual tiene lugar inadvertidamente la atención de sí mismo o la consciencia de sí mismo, pero es una vía muy indirecta (con muchos rodeos) de alcanzar el Sí mismo. Sri Ramana mantenía que las demás técnicas solamente podían llevarle a uno al punto donde comienza la indagación de sí mismo y así él nunca las respaldaba a menos que sintiera que los interlocutores particulares eran incapaces de adoptar la indagación de sí mismo o que no querían hacerlo. Esto está ilustrado por una conversación en *Sri Ramana Gita* (una de las primeras colecciones de sus preguntas y respuestas) en la cual Sri Ramana explicaba en detalle por qué la indagación de sí mismo era el único camino para realizar el Sí mismo. Después de escuchar cuidadosamente la explicación de Sri Ramana el interlocutor todavía estaba reacio a aceptar que la indagación de sí mismo era el único camino al Sí mismo y así preguntaba si

había algunos otros métodos por los cuales pudiera realizarse el Sí mismo. Sri Ramana replicó:

> «La meta es la misma para el que medita [sobre un objeto] y para el que practica la indagación de sí mismo. Uno alcanza la quietud a través de la meditación, el otro a través del conocimiento. Uno se esfuerza en alcanzar algo; el otro busca al que se esfuerza en alcanzar. El primero precisa un tiempo más largo, pero al final alcanza el Sí mismo»[2].

Así pues, no queriendo sacudir la fe de un hombre que tenía una manifiesta predilección por la meditación de sujeto-objeto y una vez que se había asegurado que era reacio en emprender la indagación de sí mismo, Sri Ramana le alentaba a seguir su propio método elegido diciéndole que ello le permitiría alcanzar el Sí mismo. Bajo el punto de vista de Sri Ramana cualquier método es mejor que ningún método puesto que siempre hay la posibilidad de que finalmente conduzca a la indagación de sí mismo.

Sri Ramana dio muchas otras respuestas similares a otras gentes por razones similares. Estas respuestas, las cuales indican que otros métodos que no sean la indagación de sí mismo o la sumisión podrían resultar en la realización de Sí mismo, no deben tomarse al pie de la letra puesto que se daban solamente a gentes que no estaban atraídas por la indagación de sí mismo y que querían seguir sus propios métodos. Cuando hablaba a otros devotos que no estaban apegados a lo que él llamaba «métodos indirectos», usualmente reafirmaba que la atención de sí mismo era en último recurso indispensable.

Aunque Sri Ramana defendía vigorosamente sus puntos de vista sobre la indagación de sí mismo jamás insistía para que alguien cambiara sus creencias o sus prácticas y, si era incapaz de convencer a sus seguidores para que emprendieran la indagación de sí mismo, les daba consejo felizmente sobre otros métodos. En las conversaciones de este capítulo da respuesta en su mayor parte a preguntas provenientes de devotos que querían consejo sobre formas de meditación convencional (*dhyana*). Al dar este consejo usualmente definía la meditación

como la concentración sobre un único pensamiento a exclusión de todos los demás, pero a veces le daba una definición más elevada diciendo que mantener la mente fija en el Sí mismo era la verdadera meditación. Esta última práctica es en realidad otro nombre para la indagación de sí mismo, pues, como él explicaba en uno de sus primeros escritos, «Mantener siempre la mente fija sólo en el Sí mismo se llama indagación de sí mismo, mientras que la meditación es pensar que uno mismo es *Brahman*»[3].

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre meditación [*dhyana*] e indagación [*vichara*]?.

Respuesta: Ambas equivalen a lo mismo. Aquellos que no son capaces de indagar deben practicar la meditación. En la meditación, el aspirante, olvidándose de sí mismo, medita «Yo soy *Brahman*» o « Yo soy Siva» y por este método se aferra a *Brahman* o a Siva. Esto acabará en último recurso con la consciencia (*awareness*) residual de *Brahman* o Siva como ser. Entonces realizará (se dará cuenta) de que ésta es puro ser, es decir, el Sí mismo.

El que se entrega a la indagación comienza aferrándose a sí mismo y, preguntándose a sí mismo «¿Quién soy yo?», el Sí mismo deviene claro para él[4].

Imaginarse mentalmente que uno mismo es la realidad suprema, la cual brilla como existencia-consciencia-felicidad [*sat-chit-ananda*], es meditación. Fijar la mente en el Sí mismo de modo que la semilla irreal de la ilusión muera es indagación.

Quienquiera que medita sobre el Sí mismo en una imagen mental [*bhava*], cualquiera que sea, lo alcanza solamente en esa imagen. Los pacíficos que permanecen en quietud sin ninguna tal imagen mental [*bhava*] alcanzan el noble e incualificado estado de *Kaivalya*, el estado sin forma del Sí mismo[5].

Pregunta: La meditación es más directa que la indagación debido a que la meditación se aferra a la verdad mientras que la indagación separa la verdad de la no verdad.

Respuesta: Para el principiante la meditación sobre una forma es más fácil y conveniente. Su práctica conduce a la indagación de sí mismo, la cual consiste en separar la realidad de la irrealidad.

¿Cuál es la utilidad de aferrarse a la verdad cuando usted está lleno de factores antagónicos?.

La indagación de sí mismo conduce directamente a la realización disolviendo los obstáculos que hacen que usted piense que el Sí mismo no está ya realizado[6].

La meditación difiere según el grado de avance del buscador. Si se es apto para ello uno puede aferrarse directamente al pensador, y el pensador se sumergirá entonces automáticamente dentro de su fuente, la pura consciencia.

Si uno no puede aferrarse directamente al pensador se debe meditar sobre Dios y a su debido tiempo el mismo individuo habrá devenido suficientemente puro para aferrarse al pensador y sumergirse en el ser absoluto[7].

La meditación sólo es posible si se mantiene el ego. Hay el ego y el objeto sobre el cual se medita. El método es por lo tanto indirecto debido a que el Sí mismo es solamente uno. Al buscar el ego, es decir su fuente, el ego desaparece. Lo que queda es el Sí mismo. Este método es el directo[8].

Pregunta: ¿No hay ninguna vía establecida para ir hacia adentro por medio de la meditación?.

Respuesta: ¿En qué otra parte estamos nosotros ahora?. Nuestro ser mismo es eso.

Pregunta: Si es así, nosotros somos ignorantes de ello.

Respuesta: ¿Ignorantes de qué, y de quién es la ignorancia?. Si se es ignorante del Sí mismo, ¿hay dos sí mismos?.

Pregunta: No hay dos sí mismos. El sentimiento de limitación no puede ser negado. Debido a las limitaciones…

Respuesta: La limitación está solamente en la mente. ¿La siente usted en el sueño profundo?. Usted existe en el sueño profundo. Usted no niega su existencia entonces. El mismo Sí mismo está aquí y ahora en el estado de vigilia. Usted está diciendo ahora que hay limitaciones. Lo que ha acontecido es que hay estas diferencias entre los dos estados. Las diferencias

se deben a la mente. No hay ninguna mente en el sueño profundo, mientras que la mente está activa ahora. El Sí mismo existe también en la ausencia de la mente.

Pregunta: Aunque se comprende, no se realiza.

Respuesta: Pronto se realizará, con la meditación.

Pregunta: La meditación es con la mente. ¿Cómo puede matar a la mente a fin de revelar el Sí mismo?.

Respuesta: La meditación es aferrarse a un único pensamiento. Ese único pensamiento mantiene apartados los demás pensamientos. La distracción de la mente es un signo de su debilidad. Por la meditación constante gana fuerza, es decir, la debilidad de los pensamientos fugitivos deja el sitio al constante trasfondo libre de pensamiento. Esta expansión desprovista de pensamiento es el Sí mismo. La mente en pureza es el Sí mismo[9].

Pregunta: ¿Qué es *dhyana* [meditación]?.

Respuesta: Es permanecer como el Sí mismo de uno sin apartarse de ninguna manera de la naturaleza real de uno y sin sentir que se está meditando.

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre *dhyana* y *samadhi*?.

Respuesta: *Dhyana* se lleva a efecto a través del esfuerzo mental deliberado. En *samadhi* no hay ningún esfuerzo tal.

Pregunta: ¿Cuáles son los factores que hay que mantener presentes en *dhyana*?.

Respuesta: Es importante para el que está establecido en su Sí mismo [*atmanishta*] ver que no se aparta en lo más mínimo de esta absorción. Al apartarse de su verdadera naturaleza puede ver ante él brillantes efulgencias, u oír sonidos inusuales, o considerar como reales las visiones de dioses que aparecen dentro o fuera de sí mismo. Pero no debe dejarse engañar por todo esto y olvidarse de sí mismo[10]

Pregunta: ¿Cómo ha de practicarse la meditación?.

Respuesta: La meditación es, hablando verdaderamente, *atmanishtha* [estar fijo como el Sí mismo]. Pero cuando los pensamientos cruzan la mente y se hace un esfuerzo por eliminarlos, el esfuerzo se llama usualmente meditación.

Atmanishtha es su naturaleza real. Permanezca lo que usted es. Eso es la meta.

Pregunta: Pero los pensamientos surgen. ¿Nuestro esfuerzo se dirige a eliminar los pensamientos solamente?.

Respuesta: Sí. Siendo la meditación un único pensamiento, los demás pensamientos se mantienen apartados. La meditación es sólo de efecto negativo en tanto que se mantienen apartados los demás pensamientos.

Pregunta: Se dice *atma samstham manah krtva* [fija la mente en el Sí mismo]. Pero el Sí mismo es impensable.

Respuesta: ¿Por qué quiere usted meditar?. Debido a que usted quiere hacerlo, a usted se le dice *atma samstham manah krtva*. ¿Por qué no permanece usted lo que usted es sin meditar? ¿Qué es esa *manah* [mente]?. Cuando se eliminan todos los pensamientos deviene *atma samstha* [fija en el Sí mismo].

Pregunta: Si se da una forma, yo puedo meditar sobre ella y los demás pensamientos son eliminados. Pero el Sí mismo es sin forma.

Respuesta: Se dice que la meditación sobre formas u objetos concretos es *dhyana*, mientras que la indagación dentro del Sí mismo es *vichara* [indagación] o *nididhyasana* [consciencia ininterrumpida del ser][11].

Pregunta: Hay más gozo en *dhyana* que en los placeres sensuales. Sin embargo la mente corre detrás de éstos últimos y no busca *dhyana*. ¿Por qué es esto así?.

Respuesta: El placer o el dolor son aspectos de la mente sólo. Nuestra naturaleza esencial es felicidad. Pero nosotros hemos olvidado el Sí mismo e imaginamos que el cuerpo o la mente es el Sí mismo. Es esta identidad errónea la que provoca la miseria. ¿Qué hay que hacer?. Esta tendencia mental es muy antigua y ha continuado durante innumerables nacimientos pasados. De aquí que se ha hecho muy fuerte. Debe partir antes de que se haga patente la naturaleza esencial, la felicidad[12].

Pregunta: ¿Cómo se practica *dhyana* —con los ojos abiertos o cerrados?.

Respuesta: Puede hacerse de ambas maneras. El punto es, que la mente debe introvertirse y mantenerse activa en su búsqueda. A veces ocurre que cuando los ojos están cerrados los pensamientos latentes se precipitan con gran vigor. También puede ser difícil introvertir la mente con los ojos abiertos. Requiere fuerza de mente hacerlo. La mente se contamina cuando admite los objetos. De otro modo, es pura. El principal factor en *dhyana* es mantener la mente activa en su propia búsqueda, sin admitir impresiones o pensamientos externos de otras materias[13].

Pregunta: Bhagavan, siempre que medito, siento gran calor en la cabeza y, si persisto, todo mi cuerpo quema. ¿Cuál es el remedio?.

Respuesta: Si la concentración se hace con el cerebro, le siguen sensaciones de calor e inclusive dolor de cabeza. La concentración ha de hacerse en el Corazón, el cual es frío y refrescante. Relájese y su meditación será fácil. Mantenga su mente serena, rechazando con suavidad pero sin tensión, todos los pensamientos intrusos. Pronto usted lo logrará[14].

Pregunta: ¿Cómo impedirme a mí mismo dormirme en la meditación?.

Respuesta: Si usted intenta impedir el sueño, ello querrá decir que hay pensamiento en la meditación, lo cual debe ser evitado. Pero si usted se introduce en el sueño mientras medita, la meditación continuará incluso durante el sueño y después de él. Sin embargo, siendo un pensamiento, el sueño debe ser desechado, pues el estado natural final, ha de obtenerse conscientemente en *jagrat* [el estado de vigilia] sin la perturbación del pensamiento. La vigilia y el sueño son meras imágenes sobre la pantalla del estado original libre de pensamiento. Que pasen pues inadvertidos[15].

Pregunta: ¿Sobre qué se ha de meditar?.

Respuesta: Sobre cualquier cosa que usted prefiera.

Pregunta: *Siva*, *Vishnu* y *gayatri* se dice que son igualmente eficaces. ¿Sobre cuál debo meditar?.

Respuesta: Sobre cualquiera que a usted le guste más. Todos son iguales en su efecto. Pero usted debe aferrarse a uno.

Pregunta: ¿Cómo medito?.

Respuesta: Concéntrese sobre aquel que a usted le guste más. Si sólo prevalece un único pensamiento, todos los otros pensamientos son desechados y finalmente erradicados. Mientras prevalece la diversidad hay malos pensamientos. Cuando prevalece el objeto de amor sólo buenos pensamientos imperan en el campo. Por lo tanto aférrese a un único pensamiento solamente. *Dhyana* es la práctica principal.

Dhyana quiere decir lucha. Tan pronto como usted comience la meditación los demás pensamientos se juntarán, cobrarán fuerza e intentarán derribar el pensamiento único al cual usted intenta aferrarse. El pensamiento bueno debe ganar fuerza gradualmente por la práctica repetida. Después de que se haya fortalecido los otros pensamientos se pondrán a luchar. Esta es la batalla real que siempre tiene lugar en la meditación.

Usted quiere deshacerse de la miseria. Ello requiere paz de mente, lo cual significa la ausencia de perturbación debida a todos los tipos de pensamientos. La paz de mente es llevada a efecto sólo por *dhyana*[16].

Pregunta: Puesto que Sri Bhagavan dice que el Sí mismo puede funcionar en cualquiera de los centros o *chakras* aunque su sede está en el Corazón, ¿no es posible que por la práctica de una concentración o *dhyana* intensa entre las cejas este centro devenga la sede del Sí mismo?.

Respuesta: Toda consideración sobre la sede del Sí mismo es teórica. Si usted fija su atención sobre un lugar en el cuerpo, usted se considera a usted mismo como el sujeto, el veedor, y el lugar donde usted fija su atención deviene el objeto visto. Esto es meramente *bhavana* [imaginería mental]. Cuando, por el contrario, usted ve al veedor mismo, usted se sumerge en el Sí mismo y deviene uno con él. Eso es el Corazón.

Pregunta: ¿Es aconsejable la práctica de la concentración entre las cejas?.

Respuesta: El resultado final de la práctica de todo tipo de *dhyana* es que el objeto sobre el cual el buscador fija su mente cesa de existir como distinto y separado del sujeto. Ellos, el

sujeto y el objeto, devienen el Sí mismo único, y eso es el Corazón.

Pregunta: ¿Por qué Sri Bhagavan no nos dirige a practicar la concentración sobre algún centro o *chakra* particular?.

Respuesta: El *Yoga Sastra* dice que el *sahasrara* [el *chakra* localizado en el cerebro] o el cerebro es la sede del Sí mismo. El *Purusha Sukta* declara que el Corazón es su sede. Para capacitar al *sadhaka* a orientarse más allá de toda duda, yo le digo que tome el hilo o la pista de la «Yo»-idad o «Yo soy»-dad y que lo siga hasta su fuente. Y ello debido a que, en primer lugar, es imposible que nadie mantenga ninguna duda sobre esta noción de «yo». Y en segundo lugar, sea cual fuere el medio adoptado, la meta final es la realización de la fuente de la «Yo soy»-dad, la cual es el dato primario de su propia existencia.

Si usted por lo tanto practica la indagación de sí mismo, alcanzará el Corazón, el cual es el Sí mismo[17].

Pregunta: Yo practico *hatha yoga* y también medito «yo soy *Brahman*». Después de unos momentos de esta meditación, prevalece un vacío, el cerebro se calienta y surge un temor de la muerte. ¿Qué debo hacer?.

Respuesta: «Yo soy *Brahman*» es solamente un pensamiento. ¿Quién lo dice?. *Brahman* mismo no lo dice. ¿Qué necesidad hay de que lo diga?. Tampoco puede decirlo el «Yo» real. Pues el «Yo» permanece siempre como *Brahman*. Estar diciéndolo es solamente un pensamiento. ¿De quién es el pensamiento?. Todos los pensamientos son del «yo» irreal, es decir del pensamiento «yo». Permanezca sin pensar. Mientras hay pensamiento habrá temor.

Pregunta: Según estoy pensando en ello hay olvido, el cerebro se calienta y tengo miedo.

Respuesta: Sí, la muerte se concentra en el cerebro y de ahí que usted tenga una sensación de calor ahí. Se debe al pensamiento «yo». Cuando el pensamiento «yo» surge, el temor de la muerte surge simultáneamente. Con respecto al olvido, mientras haya pensamiento habrá olvido. Primero hay el pensamiento «yo soy *Brahman*», entonces sobreviene el olvido. El olvido y el pensamiento son solamente para el pensamiento

«yo». Aférrese a él y desaparecerá como un fantasma. Lo que queda es el «Yo» real y eso es el Sí mismo.

«Yo soy *Brahman*» es una ayuda a la concentración, puesto que mantiene apartados los demás pensamientos. Cuando sólo persista ese único pensamiento, vea de quién es ese pensamiento. Se encontrará que es de «Yo». ¿Desde dónde *es* el pensamiento «yo»?. Indague dentro de él, el pensamiento «yo» se desvanecerá, y el supremo Sí mismo brillará por sí solo. No se necesita ningún otro esfuerzo.

Cuando sólo permanezca el único «Yo» real, no estará diciendo «yo soy *Brahman*». ¿Acaso un hombre está repitiendo todo el tiempo «yo soy un hombre»?. A menos que sea desafiado, ¿por qué va a declararse a sí mismo un hombre? ¿Se confunde a sí mismo alguien con un animal de modo que diga, «no, yo no soy animal, yo soy un hombre»?. Similarmente, siendo *Brahman* o «Yo» la única realidad existente, no hay nadie que lo desafíe y así no hay ninguna necesidad de estar repitiendo «Yo soy *Brahman*»[18].

Pregunta: ¿Por qué debe uno adoptar esta auto-hipnosis pensando sobre el punto impensable? ¿Por qué no adoptar otros métodos como mirar fijamente la luz, retener el soplo, escuchar música, escuchar los sonidos internos, o la repetición de la sílaba sagrada *om* u otros *mantras*?.

Respuesta: Mirar fijamente la luz obnubila la mente y produce catalepsia de la voluntad de momento, pero no asegura ningún beneficio permanente. El control del soplo entumece (o suspende) temporalmente la voluntad pero ello no es permanente. Lo mismo ocurre con la escucha de sonidos, a menos que el *mantra* sea sagrado y asegure la ayuda de un poder más alto para purificar y elevar los pensamientos[19].

Pregunta: A nosotros se nos aconseja concentrarnos sobre la mancha en la frente entre las cejas. ¿Es correcto?.

Respuesta: Todo el mundo es consciente —«yo soy». Poniendo a un lado esa consciencia se va de acá para allá en busca de Dios. ¿Cuál es la utilidad de fijar la atención entre las cejas?. Es simplemente necio decir que Dios está entre las cejas. El propósito de tal consejo es ayudar a la mente a concentrarse.

Es uno de los métodos de fuerza para sujetar la mente e impedir su disipación. Se la dirige forzosamente dentro de un único carril. Es una ayuda a la concentración.

Pero el mejor medio de realización es la indagación «¿Quién soy yo?». El trastorno presente es de la mente y debe ser disuelto sólo por la mente[20].

Pregunta: Yo no me concentro siempre sobre el mismo centro en el cuerpo. A veces encuentro más fácil concentrarme sobre un centro y a veces sobre otro. Y a veces, cuando me concentro sobre un centro, el pensamiento por sí solo se va y se fija a sí mismo en otro. ¿Por qué es eso?.

Respuesta: Puede deberse a prácticas del pasado. Pero en cualquier caso no importa sobre cuál centro se concentre usted, puesto que el Corazón real está en todos los centros e inclusive fuera del cuerpo. Sea cual fuere la parte del cuerpo o el objeto externo sobre el cual usted se concentre, el Corazón está ahí.

Pregunta: ¿Puede uno concentrarse una vez sobre un centro y otra vez sobre otro o debe concentrarse siempre consistentemente sobre el mismo centro?.

Respuesta: Como acabo de decirlo, no puede haber ningún daño dondequiera que usted se concentre, debido a que la concentración es solamente un medio de abandonar los pensamientos. Cualquiera que sea el centro o el objeto sobre el cual usted se concentre, el que se concentra es siempre el mismo[21].

Pregunta: Algunos dicen que se debe practicar la meditación sobre objetos groseros solamente. Puede ser desastroso si uno busca constantemente matar la mente.

Respuesta: ¿Para quién es desastroso? ¿Puede haber desastre aparte del Sí mismo?.

«Yo, Yo» indiviso es el océano infinito. El ego, el pensamiento «yo», permanece solamente como una burbuja sobre él y es llamado *jiva* o alma individual. La burbuja también es agua pues cuando estalla se esfuma solamente en el océano. Cuando permanece como una burbuja es también una parte del océano. Ignorantes de esta simple verdad innumerables métodos, bajo diferentes denominaciones, tales como *yoga*, *bhakti*, *karma*,

cada uno a su vez con muchas modificaciones, se están enseñando con gran artificio y en intrincados detalles solamente para engatusar a los buscadores y confundir sus mentes. Así son también las religiones y las sectas y los dogmas. ¿Para qué es todo esto?. Solamente para conocer el Sí mismo. Son ayudas y prácticas requeridas para conocer el Sí mismo.

Los objetos percibidos por los sentidos se califican de conocimiento inmediato [*pratyaksha*]. ¿Puede algo ser tan directo como el Sí mismo —experimentado siempre sin la ayuda de los sentidos?. Las percepciones de los sentidos solamente pueden ser conocimiento indirecto, y no conocimiento directo. Solamente la propia consciencia (*awareness*) de uno mismo es conocimiento directo, y eso es la experiencia común de uno y de todos. No se necesita ninguna ayuda para conocer el propio Sí mismo de uno[22].

CAPÍTULO 11. MANTRAS Y JAPA

Un *mantra* es una palabra o una frase que ha sido dada a un discípulo por un Gurú, usualmente como parte de un rito de iniciación. Si el Gurú ha acumulado poder espiritual como resultado de su realización o de su meditación, algo de este poder se transmite en el *mantra*. Si el discípulo repite la palabra continuamente, se invoca el poder del Gurú de tal manera que ayuda al discípulo a progresar hacia la meta de la realización de sí mismo. Sri Ramana aceptaba la validez de este planteamiento pero él mismo raramente daba *mantras* y nunca los usaba como parte de un rito de iniciación. Por otra parte, hablaba elevadamente de la práctica del *nama-japa* (la repetición continua del nombre de Dios) y a menudo la recomendaba como una ayuda útil para aquellos que estaban siguiendo la vía de la sumisión.

En el capítulo 7 se señaló que la sumisión a Dios o al Sí mismo podía practicarse efectivamente siendo consciente en toda ocasión de que no hay ningún «yo» individual actuando y pensando, sino solamente un «poder más alto» que es responsable de todas las actividades del mundo. Sri Ramana recomendaba el *japa* como una manera efectiva de cultivar esta actitud puesto que reemplaza una consciencia del individuo y del mundo por una consciencia constante de este poder más alto.

En sus primeras etapas la repetición del nombre de Dios es solamente un ejercicio de concentración y de meditación, pero con la práctica continuada se alcanza una etapa en la cual la repetición prosigue sin esfuerzo, automática y continuamente. Esta etapa no se alcanza únicamente por la concentración sino solamente sometiéndose por completo a la deidad cuyo nombre se está repitiendo: «Para usar el nombre de Dios uno debe invocarle con anhelo y someterse uno mismo sin reservas a él.

Solamente después de una tal sumisión está el nombre de Dios constantemente con el hombre»[1].

Cuando Sri Ramana hablaba sobre esta etapa avanzada de *japa* había una dimensión casi mística en sus ideas. Hablaba de la identidad del nombre de Dios con el Sí mismo y a veces decía inclusive que cuando se realiza el Sí mismo el nombre de Dios se repite sin esfuerzo y continuamente en el Corazón.

Esta última etapa se alcanza solamente después de que la práctica del *japa* se sumerge en la práctica de la atención de sí mismo. Sri Ramana ilustraba usualmente la necesidad de esta transición citando las palabras de Namdev, un santo Maharashtra del siglo XIV: «La naturaleza omnipenetrante del Nombre sólo puede comprenderse cuando se reconoce el «Yo» propio de uno. Cuando no se reconoce el nombre propio de uno, es imposible recibir el Nombre omnipenetrante»[2]. Esta cita proviene de una obra breve de Namdev titulada *La Filosofía del Nombre Divino* cuyo texto completo se da en una de las respuestas de Sri Ramana posteriormente en este capítulo. Él la descubrió por primera vez en 1937 y durante los últimos trece años de su vida tuvo una copia de ella sobre un pequeño estante junto a su cama. Frecuentemente la leía en voz alta cuando los visitantes le preguntaban sobre la naturaleza y utilidad del *japa* y por el número de veces que habló de ella con aprobación es razonable asumir que respaldaba plenamente sus contenidos.

Pregunta: Mi práctica ha sido un *japa* continuo de los nombres de Dios con la inhalación y del hombre de Sai Baba con la exhalación. Simultáneamente con esto veo la forma de Baba siempre. Inclusive en Bhagavan, veo a Baba. Ahora, ¿debo continuar con esto o cambiar el método, pues algo me dice desde dentro que si me aferro al nombre y a la forma jamás rebasaré el nombre y la forma?. Pero no puedo comprender qué más hacer después de abandonar el nombre y la forma. ¿Querrá Bhagavan iluminarme sobre este punto?.

Respuesta: Usted puede continuar con su método presente. Cuando el *japa* deviene continuo, todos los demás pensamientos

cesan y uno está en su naturaleza real, lo cual es *japa* o *dhyana*. Nosotros volvemos nuestra mente hacia afuera sobre las cosas del mundo y por lo tanto no somos conscientes (*aware*) de que nuestra naturaleza real es siempre *japa*. Cuando por el esfuerzo consciente de *japa* o de *dhyana*, como nosotros lo llamemos, impedimos a nuestra mente pensar en otras cosas, lo que queda entonces es nuestra naturaleza real, la cual es *japa*.

Mientras que usted piense que usted es nombre y forma [*nama-rupa*], usted no puede escapar de nombre y forma en *japa* también. Cuando usted realiza (se da cuenta) que usted no es nombre ni forma, entonces nombre y forma se esfumarán por sí solos. Ningún otro esfuerzo es necesario. *Japa* o *dhyana* le conducirán a usted a ello de modo natural. Lo que ahora se considera como el medio, *japa*, se encontrará entonces que es la meta. El Nombre y Dios no son diferentes. Esto se muestra claramente en las enseñanzas de Namdev[3].

1 El Nombre penetra densamente el cielo y las regiones más bajas y el universo entero. ¿Quién puede decir hasta qué profundidades en las regiones más bajas y hasta qué altura en los cielos se extiende?. El ignorante sufre los 84 *lakhs* [8’4 millones] de especies de nacimientos, no conociendo la esencia de las cosas. Namdev dice que el Nombre es inmortal. Las formas son innumerables, pero el Nombre es todo eso.

2 El Nombre mismo es la Forma. No hay ninguna distinción entre Nombre y Forma. Dios devino manifiesto y asumió Nombre y Forma. De aquí que los *Vedas* establecieran el Nombre. Cuidado, no hay ningún *mantra* más allá del Nombre. Aquellos que dicen otra cosa son ignorantes. Namdev dice que el Nombre es Keshava [Dios] mismo. Esto es conocido solamente por los amantes devotos del Señor.

3 La naturaleza omnipenetrante del Nombre sólo puede comprenderse cuando se reconoce el «Yo» propio de uno. Cuando no se reconoce el nombre propio de uno, es imposible recibir el Nombre omnipenetrante. Cuando uno se conoce a sí mismo, entonces encuentra el Nombre por

todas partes. Ver el Nombre como diferente del Nombrado crea ilusión. Namdev dice, «Pregunta a los Santos».

4 Nadie puede realizar el Nombre por la práctica del conocimiento, la meditación o la austeridad. Sométete primero a los pies del Gurú y aprende a conocer que «Yo» mismo es ese Nombre. Después de encontrar la fuente de ese «Yo» sumerge tu individualidad en esa unidad que es existente por sí misma y desprovista de toda dualidad. Eso que penetra más allá de *dvaita* [dualidad] y de *dvaitatita* [eso que está más allá de la dualidad], ese Nombre ha entrado en los tres mundos. El Nombre es *Parabrahman* mismo donde no hay ninguna acción que brote de la dualidad[4].

La misma idea se encuentra también en la Biblia: «En el comienzo era el Verbo y el Verbo estaba con Dios y el Verbo era Dios».

Pregunta: ¿Así pues el verdadero nombre de Dios se revelará en último recurso por la indagación de sí mismo?.

Respuesta: ¡Puesto que usted mismo es la forma del *japa*, si usted conoce su propia naturaleza indagando quién es usted, qué maravilla será eso!. El *japa* que previamente se desarrollaba con esfuerzo continuará entonces infatigablemente y sin esfuerzo en el Corazón[6].

Pregunta: ¿Durante cuánto tiempo debo hacer *japa*? ¿Debo concentrarme también sobre una imagen de Dios al mismo tiempo?.

Respuesta: *Japa* es más importante que la forma externa. Debe hacerse hasta que deviene natural. Comienza con esfuerzo y se continua hasta que procede por sí mismo. Cuando es natural se llama realización.

Japa puede hacerse aunque se esté haciendo otro trabajo. Eso que es, es la única realidad. Puede ser representado por una forma, un *japa*, *mantra*, *vichara*, o cualquier tipo de tentativa de alcanzar la realidad. Todas ellas se resolverán finalmente a sí mismas dentro de esa realidad única. *Bhakti*, *vichara* y *japa* son solamente formas diferentes de nuestros

esfuerzos para mantenerse fuera de la irrealidad. La irrealidad es una obsesión ahora pero nuestra verdadera naturaleza es la realidad. Nosotros estamos persistiendo erróneamente en la irrealidad, es decir, en el apego a los pensamientos y a las actividades mundanales. La cesación de éstos revelará la verdad. Nuestras tentativas se dirigen a mantenerlos fuera y esto se hace pensando en la realidad solamente. Aunque [la realidad] es nuestra naturaleza parece como si nosotros estuviéramos pensando en ella mientras hacemos estas prácticas. Lo que hacemos realmente equivale a la supresión de los obstáculos para la revelación de nuestro verdadero ser.

Pregunta: ¿Tienen nuestras tentativas asegurado el éxito?.

Respuesta: La realización es nuestra naturaleza. No hay nada nuevo que ganar. Lo que es nuevo no puede ser eterno. Por lo tanto no hay ninguna necesidad de dudar sobre si uno podría perder o ganar el Sí mismo[7].

Pregunta: ¿Es bueno hacer *japa* cuando nosotros sabemos que la indagación dentro del Sí mismo es la cosa real?.

Respuesta: Todos los métodos son buenos puesto que eventualmente conducirán a la indagación. *Japa* es nuestra naturaleza real. Cuando realizamos el Sí mismo entonces *japa* continua sin esfuerzo. Lo que es el medio en una etapa deviene la meta en otra. Cuando *japa* continúa constantemente y sin esfuerzo, eso es realización[8].

Pregunta: Yo no estoy instruida en las escrituras y encuentro el método de la indagación de sí mismo demasiado difícil para mí. Soy una mujer con siete hijos y un montón de tareas caseras y me queda muy poco tiempo para la meditación. Suplico a Bhagavan que me dé algún método más simple y más fácil.

Respuesta: No se necesita ninguna instrucción o conocimiento de las escrituras para conocer el Sí mismo, lo mismo que ningún hombre necesita un espejo para verse a sí mismo. Todo conocimiento se requiere solamente para ser abandonado en su momento como no-Sí mismo. Tampoco el trabajo de la casa, o los cuidados de los niños son necesariamente un obstáculo. Si usted no puede hacer nada más, manténganse al menos diciendo «yo, yo» mentalmente

para usted misma, como se aconseja en ¿Quién soy yo? ...«si se piensa incesantemente «yo, yo», ello conducirá a ese estado [el Sí mismo]». Continúe repitiéndolo sea cual fuere el trabajo que usted pueda estar haciendo, bien sea que usted esté sentada, de pie o caminando. «Yo» es el nombre de Dios. Es el primero y el más grande de los *mantras*. Inclusive *om* es secundario a él[9].

Pregunta: Para controlar la mente, ¿cuál de los dos es mejor, hacer el *japa* del *ajapa mantra* [silente] o del *omkar* [el sonido de *om*]?.

Respuesta: ¿Cuál es su idea del *japa* silente e involuntario [*ajapa*]? ¿Será *ajapa* si usted continúa repitiendo con la boca *soham*, *soham* [«Yo soy él, yo soy él»]?. *Ajapa* significa en realidad conocer ese *japa* que continúa involuntariamente sin ser pronunciado a través de la boca. Sin conocer este significado real las gentes piensan que significa repetir con la boca las palabras *soham*, *soham* cientos de miles de veces, contándolas con los dedos o las cuentas de un rosario.

Antes de comenzar un *japa* se prescribe el control del soplo. Eso significa, primero hacer *pranayama* [la regulación del soplo] y después comenzar a repetir el *mantra*. *Pranayama* significa primero cerrar la boca, ¿no es así?. Sí, deteniendo el soplo, los cinco elementos en el cuerpo son sometidos y controlados, lo que queda es el Sí mismo real. Ese Sí mismo estará repitiendo por sí solo siempre *aham*, *aham* [«Yo, Yo»]. Eso es *ajapa*. Sabiendo esto, ¿cómo podría eso que se repite con la boca ser *ajapa*?. La visión del Sí mismo real que hace *japa* por sí solo involuntariamente y en una corriente que nunca se acaba, como un flujo continuo de ungüento, es *ajapa*, *gayatri* y todo.

Si usted conoce quién es quién está haciendo *japa* usted sabrá lo que *japa* es. Si usted busca e intenta descubrir quién es quien está haciendo *japa*, ese *japa* mismo deviene el Sí mismo.

Pregunta: ¿No hay ningún beneficio en hacer *japa* con la boca?.

Respuesta: ¿Quién ha dicho que no hay ningún beneficio?. Tal *japa* será el medio para *chitta suddhi* [purificar la mente]. Cuando el *japa* se hace repetidamente el esfuerzo madura y más pronto o más tarde conduce a la vía recta. Bueno o malo, todo lo

que se hace nunca se hace en vano. Las diferencias y los méritos y deméritos de cada uno tendrán que decirse solamente a la vista de la etapa de desarrollo de la persona concernida[10].

Pregunta: ¿No es el *japa* mental mejor que el *japa* oral?.

Respuesta: El *japa* oral consiste en sonidos. Los sonidos surgen de los pensamientos, pues uno debe pensar antes de expresar los pensamientos en palabras. Los pensamientos forman la mente. Por lo tanto el *japa* mental es mejor que el *japa* oral.

Pregunta: ¿No debemos contemplar el *japa* y repetirlo oralmente también?.

Respuesta: Cuando el *japa* deviene mental, ¿dónde está la necesidad de los sonidos?.

El *japa*, al devenir mental, deviene contemplación. *Dhyana*, contemplación, y el *japa* mental son lo mismo. Cuando los pensamientos cesan de ser promiscuos y el pensamiento único persiste a exclusión de todos los demás, se dice que es contemplación. El objeto de *japa* o *dhyana* es la exclusión de la multitud de los pensamientos y la confinación de uno mismo a un único pensamiento. Entonces ese pensamiento se desvanece también dentro de su fuente —la consciencia absoluta, el Sí mismo. La mente se entrega al *japa* y entonces se sumerge dentro de su propia fuente.

Pregunta: La mente se dice que proviene del cerebro.

Respuesta: ¿Dónde está el cerebro?. Está en el cuerpo. Yo digo que el cuerpo mismo es una proyección de la mente. Usted habla del cerebro cuando usted piensa en el cuerpo. Es la mente la que crea el cuerpo, el cerebro en él y también la que asegura que el cerebro es su sede.

Pregunta: Sri Bhagavan ha dicho que al *japa* debe seguírsele el rastro hasta su fuente. ¿No se entiende aquí la mente?.

Respuesta: Todos éstos son solamente los artificios de la mente. *Japa* ayuda a fijar la mente sobre un único pensamiento. Todos los demás pensamientos primeramente se subordinan hasta que desaparecen. Cundo *japa* deviene mental se llama *dhyana*. *Dhyana* es su verdadera naturaleza (de usted). Sin embargo, se llama *dhyana* debido a que se hace con esfuerzo. El

esfuerzo es necesario mientras los pensamientos son promiscuos. Debido a que usted está con otros pensamientos, usted llama a la continuidad de un único pensamiento meditación o *dhyana*. Si esa dhyana deviene sin esfuerzo se encontrará que es su naturaleza real (de usted)[11].

Pregunta: Las gentes dan algunos nombres a Dios y dicen que el nombre es sagrado y que las repeticiones del nombre confieren mérito al individuo. ¿Puede esto ser verdadero?.

Respuesta: ¿Por qué no?. Usted tiene un nombre al cual usted responde. Pero su cuerpo no ha nacido con ese nombre inscrito en él, ni tampoco dijo a nadie que su nombre era ese. Y sin embargo a usted se le ha dado un nombre y usted responde a ese nombre, debido a que usted se ha identificado a usted mismo con el nombre. Por lo tanto el nombre significa algo y no es una mera ficción. Similarmente, el nombre de Dios es efectivo. La repetición del nombre es recordación de lo que significa. De aquí su mérito[12].

Pregunta: Mientras estoy haciendo *japa* durante una hora o más caigo en un estado semejante al sueño. Al despertar me acuerdo de que mi *japa* ha estado interrumpido. Así pues, lo intento de nuevo.

Respuesta: «Semejante al sueño», exactamente. Es el estado natural. Debido a que usted está ahora asociado con el ego, usted considera que el estado natural es algo que interrumpe su funcionamiento. Usted debe tener la experiencia repetida hasta que usted realice que es su estado natural. Usted encontrará entonces que *japa* es extraño, pero sin embargo, continuará automáticamente. Su duda presente se debe a esa falsa identidad, a saber, la de identificarse a usted mismo con la mente que hace el *japa*. *Japa* significa aferrarse a un único pensamiento a exclusión de todos los demás pensamientos. Ese es su propósito. Conduce a *dhyana*, la cual acaba en la realización de Sí mismo o *jnana*.

Pregunta: ¿Cómo debo continuar el *japa*?.

Respuesta: No se debe usar el nombre de Dios mecánicamente y superficialmente sin el sentimiento de la devoción[13].

Pregunta: ¿Así pues la repetición mecánica es improductiva?.

Respuesta: Las enfermedades agudas no se curarán meramente repitiendo el nombre de la medicina sino solamente tomando la medicina. Similarmente, las cadenas del nacimiento y de la muerte no cesarán meramente haciendo muchas repeticiones de *mahavakyas* tales como «Yo soy Siva». En lugar de errar de acá para allá repitiendo «Yo soy lo supremo», permanezca como lo supremo usted mismo. La miseria del nacimiento y de la muerte no cesarán repitiendo vocalmente incontables veces «yo soy eso», sino solamente permaneciendo como eso[14].

Pregunta: ¿Puede alguien lograr algún beneficio repitiendo sílabas sagradas [*mantras*] escogidas al azar?.

Respuesta: No. Debe ser competente e iniciado en tales mantras. Esto está ilustrado por la historia del rey y su ministro. Un rey visitó a su visir en su residencia. Allí se le dijo que el visir estaba ocupado en la repetición de sílabas sagradas. El rey le esperó, y cuando se encontró con él, le preguntó cuál era el *mantra*. El visir dijo que era el más sagrado de todos, la *gayatri*. El rey deseó ser iniciado por el visir pero el visir le confesó su incapacidad para iniciarle. Por lo tanto el rey lo aprendió de algún otro, y, cuando más tarde se encontró con el ministro, le repitió la *gayatri* y quiso saber si era correcto. El visir dijo que el *mantra* era correcto, pero que no era apropiado que él lo dijera. Cuando fue presionado para que diera una explicación, el visir llamó a un paje de allí al lado y le ordenó apresar al rey. La orden no fue obedecida. La orden fue repetida de nuevo, y tampoco fue obedecida. El rey se encolerizó y ordenó al mismo hombre que apresara al visir, lo que se hizo inmediatamente. El visir se echó a reír y dijo que el incidente era la explicación que quería el rey. «¿Cómo?» preguntó el rey. El ministro contestó, «La orden ha sido la misma y el ejecutor también, pero la autoridad ha sido diferente. Cuando yo he dado la orden, el efecto ha sido nulo, mientras que, cuando habéis sido vos quien ha ordenado, ha habido un efecto inmediato. Similarmente ocurre con los *mantras*»[15].

Pregunta: Se me ha enseñado que el *mantra japa* es muy poderoso en la práctica.

Respuesta: El Sí mismo es el más grande de todos los *mantras* —prosigue automática y eternamente. Si usted no es consciente de este *mantra* interno, usted debe tomarlo conscientemente como *japa*, el cual se hace con esfuerzo, para erradicar todos los demás pensamientos. Por la atención constante a él, usted devendrá eventualmente consciente (*aware*) del *mantra* interno, lo cual es el estado de realización y es sin esfuerzo. La firmeza en esta consciencia (*awareness*) le mantendrá a usted continuamente y sin esfuerzo en la corriente, por muy comprometido que usted pueda estar en otras actividades[16].

Por la repetición de *mantras*, la mente se controla. Entonces el *mantra* deviene uno con la mente y también con el *prana* [la energía que sustenta al cuerpo].

Cuando las sílabas del *mantra*, devienen uno con el *prana*, a eso se le llama *dhyana*, y cuando *dhyana* deviene profunda y firme conduce a *sahaja sthiti* [el estado natural][17].

Pregunta: Yo he recibido un *mantra*. Las gentes me asustan diciéndome que puede tener resultados imprevisibles si lo repito. Es solamente el *pranava* [*Om*]. Así pues, busco consejo. ¿Puedo repetirlo?. Tengo considerable fe en él.

Respuesta: Ciertamente, debe ser repetido con fe.

Pregunta: ¿Operará por sí solo, o puede usted darme amablemente algunas instrucciones más?.

Respuesta: El objeto del *mantra japa* es realizar (darse cuenta de) que el mismo *japa* se prosigue ya en uno mismo sin ningún esfuerzo. El *japa* oral deviene mental y el *japa* mental finalmente se revela a sí mismo como eterno. Ese *mantra* es la naturaleza real de la persona. Eso es también el estado de realización.

Pregunta: ¿Puede ganarse así la felicidad del *samadhi*?.

Respuesta: El *japa* deviene mental y finalmente se revela a sí mismo como el Sí mismo. Eso es *samadhi*[18].

CAPÍTULO 12. LA VIDA EN EL MUNDO

Hay una tradición Hindú bien establecida que prescribe cuatro etapas en la vida (*asramas*) para los buscadores espirituales serios:

1 *Brahmacharya* (estudio en celibato). Un largo período de estudio de las escrituras antes del matrimonio, usualmente en una institución que especializa en la erudición Védica.

2 *Grihastha* (matrimonio y familia). A la conclusión de sus estudios se espera que el aspirante se case y desempeñe sus negocios y deberes hogareños concienzudamente, pero sin apego hacia ellos.

3 *Vanaprastha* (retiro en el bosque). Cuando se han cumplido todas las obligaciones familiares (lo cual usualmente significa cuando se han casado los hijos), el aspirante puede retirarse a un lugar solitario, usualmente un bosque, y entregarse todo el tiempo a la meditación.

4 *Sannyasa* (monacato errante). En la etapa final el buscador se desprende del mundo completamente y deviene un monje mendicante errante. No teniendo ningún vínculo material, social o financiero el *sannyasi* ha desechado teóricamente todos los apegos que previamente impedían su progreso hacia la realización del Sí mismo.

Esta estructura antigua y venerada sostenía la creencia India común de que era necesario abandonar a la familia y adoptar una vida meditativa de ascetismo en celibato si uno estaba seriamente interesado en realizar el Sí mismo. Sri Ramana era preguntado sobre esta creencia muchas veces pero siempre se negaba a respaldarla. Se negaba consistentemente a dar a sus devotos permiso para abandonar sus responsabilidades mundanales en favor de una vida meditativa y siempre insistía en que la realización era igualmente accesible para todos

independientemente de sus circunstancias físicas. En lugar de aconsejar la renuncia física decía a todos sus devotos que sería espiritualmente más productivo para ellos desempeñar sus deberes y obligaciones normales con una consciencia de que no hay ningún «yo» individual cumpliendo o aceptando ninguna responsabilidad por los actos que el cuerpo lleva a cabo. Creía firmemente que la actitud mental tiene una incidencia mucho mayor sobre el progreso espiritual que las circunstancias físicas y desanimaba persistentemente a todos los interlocutores que sentían que una manipulación de sus condiciones exteriores, por muy pequeña que fuera, sería espiritualmente beneficiosa.

Los únicos cambios físicos que alguna vez sancionaba eran cambios en la dieta. Aceptaba la prevaleciente teoría Hindú de la dieta, la cual proclamaba que el tipo de alimento consumido afectaba a la cantidad y cualidad de los pensamientos y recomendaba una moderada ingestión de alimento vegetariano como la ayuda más útil de la práctica espiritual.

La teoría dietaria Hindú que Sri Ramana respaldaba clasifica los diferentes alimentos según los estados mentales que inducen:

1 *Sattva* (pureza o armonía). Los productos lácteos, frutas, hortalizas, legumbres y cereales se consideran alimentos *sáttvicos*. Una dieta que consiste ampliamente de estos productos ayuda a los aspirantes espirituales a mantener una mente tranquila y serena.

2 *Rajas* (actividad). Los alimentos *rajásicos* incluyen la carne, el pescado y alimentos con especias picantes tales como pimienta, cebollas y ajos. La ingestión de estos alimentos resulta en una mente sobreactivada.

3 *Tamas* (torpor). Los alimentos añejos, rancios o que son producto de un proceso de fermentación se clasifican como *tamásicos*. La consumición de estos alimentos conduce a estados de mente apatéticos y tórpidos que obnubilan el discernimiento.

Pregunta: Yo tengo una buena inclinación a darme de baja del servicio y permanecer constantemente con Sri Bhagavan.

Respuesta: Bhagavan está siempre con usted, en usted, y usted es usted mismo Bhagavan. Para realizar esto no es necesario abandonar su trabajo ni tampoco huir de su casa. La renuncia no implica el despojamiento visible de las costumbres, los lazos familiares, el hogar, etc., sino la renuncia de los deseos, de la afección y del apego. No hay ninguna necesidad de abandonar su trabajo, solamente abandónese usted mismo a Dios, el cargador del fardo de todos. El que renuncia a los deseos en realidad se funde en el mundo y expande su amor a todo el universo. La expansión del amor y de la afección será una condición mucho mejor para un verdadero devoto de Dios que la renunciación, pues el que renuncia a los lazos inmediatos, en realidad extiende los lazos de afección y de amor a un mundo mucho más amplio más allá de las fronteras de casta, credo y raza. Un *sannyasi* que aparentemente desecha sus vestidos y deja su casa no lo hace por aversión hacia sus relaciones inmediatas sino debido a la expansión de su amor hacia los demás a su alrededor. Cuando esta expansión llega, uno no siente que esté huyendo de casa, en lugar de ello uno se cae de ella como un fruto maduro de un árbol. Hasta entonces sería una necedad dejar la casa o el trabajo de uno[1].

Pregunta: ¿Cómo encaja un *grihastha* [responsable de un hogar] en el esquema de *moksha* [liberación]? ¿No debe devenir necesariamente un mendicante a fin de alcanzar la liberación?.

Respuesta: ¿Por qué piensa que usted es un *grihastha*?. Pensamientos similares de que usted en un *sannyasi* [monje errante] le obsesionarán a usted, inclusive si usted se va como un *sannyasi*. Bien sea que usted continúe en el hogar o bien sea que usted renuncie a él y se vaya al bosque, su mente le obsesiona a usted. El ego es la fuente del pensamiento. Crea el cuerpo y el mundo, le hace pensar que usted es el *grihastha*. Si usted renuncia, el ego solamente sustituirá el pensamiento de *grihastha* por el de *sannyasa* y el entorno del hogar por el del bosque. Pero los obstáculos mentales están siempre aquí para usted. Inclusive aumentarán grandemente en los nuevos

parajes. No es de ninguna ayuda cambiar de paisaje. El único obstáculo es la mente y debe ser rebasado bien sea en el hogar o en el bosque. Si usted puede hacerlo en el bosque, ¿por qué no en casa?. Por lo tanto, ¿por qué cambiar el paisaje?. Sus esfuerzos pueden hacerse ahora, cualquiera que sea el entorno.

Pregunta: ¿Es posible gozar del *samadhi* [consciencia de la realidad] mientras se está ocupado en el trabajo en el mundo?.

Respuesta: El sentimiento «yo trabajo» es el obstáculo. Pregúntese a usted mismo «¿Quién trabaja?». Recuerde quién es usted. Entonces el trabajo no le atará, continuará automáticamente. No haga ningún esfuerzo ni para trabajar ni para renunciar; es su esfuerzo el que es la esclavitud. Lo que está destinado a acontecer, acontecerá. Si usted está destinado a no trabajar, no tendrá trabajo inclusive si usted se obsesiona por él. Si usted está destinado a trabajar, usted no podrá evitarlo y estará forzado a entregarse a él. Así pues, déjelo al poder más alto; usted no puede renunciar o retener nada a su gusto.

Pregunta: Bhagavan dijo ayer que mientras uno está entregado a la búsqueda de Dios «dentro», el trabajo «exterior» continuará automáticamente. En la vida de Sri Chaitanya se dice que durante sus charlas a los estudiantes él estaba en realidad buscando a Krishna dentro y que se olvidaba de todo sobre su cuerpo y continuaba hablando de Krishna solamente. Esto suscita una duda en cuanto a si el trabajo puede dejarse a sí mismo tranquilamente. ¿No debe uno mantener parte de su atención sobre el trabajo físico?.

Respuesta: El Sí mismo es todo. ¿Es usted aparte del Sí mismo? ¿O puede el trabajo continuar sin el Sí mismo?. El Sí mismo es universal, de modo que todas las acciones continuarán bien sea que usted se esfuerce en entregarse a ellas o bien sea que no. El trabajo continuará por sí solo. Así Krishna le dijo a Arjuna que no se perturbara por matar a los Kauravas debido a que para Dios estaban ya muertos. No le correspondía a él decidir obrar y lamentarse por ello, sino sólo permitir que su propia naturaleza efectuara la voluntad del poder más alto.

Pregunta: Pero el trabajo puede sufrir si no estoy atento a él.

Respuesta: Atender al Sí mismo significa atender al trabajo. Debido a que usted se identifica a usted mismo con el cuerpo, usted piensa que el trabajo es hecho por usted. Pero el cuerpo y sus actividades, incluyendo ese trabajo, no son aparte del Sí mismo. ¿Qué importa si usted atiende el trabajo o no?. Cuando usted camina de un lugar a otro usted no está pendiente de los pasos que da y sin embargo usted se encuentra a usted mismo después de un tiempo en su meta. Usted ve cómo el asunto de caminar continúa solo sin que usted esté pendiente de él. Así ocurre también con los demás tipos de trabajo[2].

Pregunta: Si uno mantiene el Sí mismo en recordación, ¿sus acciones serán siempre justas?.

Respuesta: Deben serlo. Sin embargo, una tal persona no se preocupa de la justicia o injusticia de las acciones. Sus acciones son de Dios y por lo tanto justas.

Pregunta: ¿Cómo puede mi mente estar en quietud si tengo que usarla más que otras gentes?. Quiero retirarme a la soledad y renunciar a mi trabajo de patrón.

Respuesta: No. Usted puede permanecer donde está y continuar con el trabajo. ¿Cuál es el trasfondo que vivifica la mente, que la permite hacer todo este trabajo?. Es el Sí mismo. De modo que eso es la fuente real de su actividad. Simplemente sea consciente de ello durante su trabajo y no lo olvide. Contemple el fondo de su mente incluso mientras trabaja. Para hacer eso, no tenga prisa, tómese su tiempo. Mantenga vivo el recuerdo de su naturaleza real, incluso mientras trabaja, y evite la prisa, la cual hace que usted olvide. Sea deliberado. Practique la meditación para aquietar la mente y hacer que devenga consciente de su verdadera relación con el Sí mismo que la sostiene. No imagine que es usted quien está haciendo el trabajo. Piense que es la corriente subyacente quien lo está haciendo. Identifíquese usted mismo con la corriente. Si usted trabaja sin precipitación, recordándose a sí mismo, su trabajo o servicio no será un obstáculo[3].

Pregunta: En las primeras etapas, ¿no sería una ayuda para un hombre buscar la soledad y abandonar sus deberes exteriores en la vida?.

Respuesta: La renunciación está siempre en la mente, no en ir a los bosques o a lugares solitarios o en abandonar los deberes de uno. La cosa principal es ver que la mente no se vuelva hacia afuera sino hacia adentro. No depende de un hombre si va a este lugar o a aquel o si abandona sus deberes o no. Todos estos aconteceres ocurren de acuerdo con el destino. Todas las actividades por las cuales el cuerpo tiene que pasar se determinan cuando llega a la existencia. No depende de usted aceptarlas o rechazarlas. La única libertad que usted tiene es volver su mente hacia adentro y renunciar a las actividades ahí.

Pregunta: ¿Pero no es posible que algo sea una ayuda, especialmente para un principiante, como una cerca alrededor de un árbol joven?. Por ejemplo, ¿no dicen nuestros libros que es útil ir de peregrinación a los santuarios sagrados u obtener el *sat-sanga*?.

Respuesta: ¿Quién ha dicho que no son útiles?. Pero tales cosas no dependen de usted, mientras que volver su mente hacia adentro sí. Muchas gentes desean las peregrinaciones o el *sat-sanga* que usted menciona, ¿pero lo obtienen todos?.

Pregunta: ¿Por qué es que a nosotros solamente nos queda volvernos hacia adentro y no ninguna otra cosa exterior?.

Respuesta: Si usted quiere ir al fundamento, usted debe indagar quién es usted y descubrir quién es quien tiene libertad o destino. ¿Quién es usted y por qué ha recibido usted este cuerpo que tiene estas limitaciones?[4].

Pregunta: ¿Es necesaria la soledad para *vichara* [indagación]?.

Respuesta: Hay soledad por todas partes. El individuo está solo siempre. Su labor es encontrarla dentro, no buscarla fuera de sí mismo[5].

La soledad está en la mente del hombre. Se puede estar en la espesura del mundo y mantener la serenidad de mente. Alguien así está en soledad. Otro puede estar en un bosque, y sin embargo ser incapaz de controlar su mente. De alguien así no puede decirse que está en soledad. La soledad es una función de la mente. Un hombre atado a los deseos no puede tener soledad

esté donde esté, mientras que un hombre desapegado está siempre en soledad.

Pregunta: Así pues, se puede estar dedicado al trabajo y estar libre de deseo y mantener la soledad. ¿Es así?.

Respuesta: Sí. El trabajo (o la obra) cumplido con apego es una cadena, mientras que el trabajo cumplido con desapego no afecta al hacedor. El que trabaja así, aunque esté trabajando, está en soledad[6].

Pregunta: Nuestra vida de cada día no es compatible con tales esfuerzos.

Respuesta: ¿Por qué piensa usted que usted es activo?. Tome el ejemplo grosero de su venida aquí. Usted ha dejado su casa en un carro, ha tomado un tren, se ha apeado en la estación, ha tomado un carro y se ha encontrado a usted mismo en este *ashram*. Cuando se le pregunta, usted dice que ha viajado hasta aquí todo el camino desde su ciudad. ¿Es esto cierto? ¿No es un hecho que usted ha permanecido como usted era y que ha habido movimientos de vehículos a todo lo largo del camino?. Lo mismo que esos movimientos son confundidos con el suyo propio, así ocurre también con las demás actividades. Ellas no son suyas propias. Pero son actividades de Dios[7].

Pregunta: ¿Cómo puede alcanzarse la cesación de la actividad [*nivritti*] y la paz de mente en medio de los deberes del responsable de un hogar, los cuales son de la naturaleza de la actividad constante?.

Respuesta: Como las actividades del hombre sabio las cuales existen solamente en los ojos de los demás y no en los suyos propios, pues aunque pueda estar cumpliendo tareas inmensas, en realidad no hace nada. Por lo tanto sus actividades no obstaculizan la vía de la inacción y de la paz de mente. Él sabe la verdad de que todas las actividades tienen lugar en su mera presencia y que él no hace nada. De aquí que permanezca como el silente testigo de todas las actividades que tienen lugar[8].

Pregunta: ¿Es más difícil para los occidentales retirarse adentro?.

Respuesta: Sí, son *rajásicos* [mentalmente sobreactivados] y su energía va hacia afuera. Nosotros debemos estar

interiormente en quietud, no olvidar el Sí mismo, y entonces podemos continuar externamente con la actividad. ¿Olvida un hombre que está representando sobre el escenario el papel de una mujer que él es un hombre?. Similarmente, nosotros también debemos representar nuestros papeles sobre el escenario de la vida, pero no debemos identificarnos a nosotros mismos con esos papeles.

Pregunta: ¿Cómo se suprime la pereza espiritual de otros?.

Respuesta: ¿Ha suprimido usted la suya propia?. Vuelva sus indagaciones hacia el Sí mismo. La fuerza suscitada en usted operará sobre los demás también[9].

Pregunta: ¿Pero cómo puedo ayudar a otro en sus problemas, en sus perturbaciones?.

Respuesta: ¿Qué es este hablar de otro? —hay solamente uno. Intente realizar que no hay ningún yo, ningún usted, ningún él, solamente el Sí mismo único, el cual es todo. Si usted cree en el problema de otro, usted está creyendo en algo fuera del Sí mismo. Usted le ayudará mejor realizando la unidad de todo más bien que por una actividad exterior[10].

Pregunta: ¿Aprueba usted la continencia sexual?.

Respuesta: Un verdadero *brahmachari* [célibe] es el que mora en *Brahman*. Entonces ya no hay más deseos.

Pregunta: En el *ashram* de Sri Aurobindo hay una regla rígida de que a las parejas casadas se les permite vivir allí a condición de que no tengan ningún intercurso sexual.

Pregunta: ¿Cuál es la utilidad de eso?. Si existe en la mente, ¿cuál es la utilidad de forzar a las gentes a la abstención?.

Pregunta: ¿Es el matrimonio una barrera al progreso espiritual?.

Respuesta: La vida de casado no es una barrera, pero el casado debe hacer mucho para practicar el control de sí mismo. Si un hombre tiene un fuerte deseo de la vida más elevada entonces la tendencia del sexo se sumergirá. Cuando la mente se destruye, los demás deseos se destruyen también[11].

Pregunta: Yo he cometido pecado sexual.

Respuesta: Inclusive si usted lo ha cometido, no importa con tal de que usted no piense después que usted lo ha cometido. El

Sí mismo no es consciente (*aware*) de ningún pecado y la renuncia al sexo es interna, no meramente del cuerpo sólo.

Pregunta: A mí me pierde la visión de los pechos de una joven vecina y a menudo estoy tentado de cometer adulterio con ella. ¿Qué debo hacer?.

Respuesta: Usted es siempre puro. Son sus sentidos y su cuerpo los que le tientan a usted y los que usted confunde con su Sí mismo real. Así pues, primero sepa quién es tentado y quién está ahí para tentar. Pero inclusive si usted comete adulterio, no piense sobre ello después, debido a que usted es siempre puro. Usted no es el pecador[12].

Pregunta: ¿Cómo desarraigamos nuestra idea del sexo?.

Respuesta: Desraizando la falsa idea de que el cuerpo es el Sí mismo. No hay ningún sexo en el Sí mismo. Sea el Sí mismo y entonces usted no tendrá ninguno de los trastornos del sexo.

Pregunta: ¿Puede el ayuno curar el deseo sexual?.

Respuesta: Sí, pero es pasajero. El ayuno mental es la ayuda real. El ayuno no es un fin en sí mismo. Debe haber desarrollo espiritual a la par. El ayuno completo hace a la mente demasiado débil. La indagación espiritual debe mantenerse íntegra a través de un ayuno si es que ha de ser beneficioso espiritualmente[13].

Pregunta: ¿Se puede progresar espiritualmente ayunando?.

Respuesta: El ayuno debe ser principalmente mental [abstención de los pensamientos]. La mera abstinencia de alimento no hará ningún bien, e inclusive trastornará la mente. El florecimiento espiritual vendrá más bien regulando la comida. Pero si, durante un ayuno de un mes, se han mantenido las miras espirituales, entonces durante alrededor de diez días después de la ruptura del ayuno (si se ha roto adecuadamente y se ha seguido por una dieta juiciosa) la mente devendrá pura y estable y permanecerá así[14].

En los primeros días de mi venida aquí, yo tenía los ojos cerrados y estaba tan profundamente absorto en meditación que apenas sabía si era de día o de noche. Ni comía ni dormía. Cuando hay movimiento en el cuerpo, usted necesita comer. Si usted come, usted necesita dormir. Si no hay ningún

movimiento, usted no necesita dormir. Un poco de comida es suficiente para sostener la vida. Esa solía ser mi experiencia. Una u otra persona solía ofrecerme un tazón de alguna dieta líquida siempre que yo abría los ojos. Eso era todo lo que yo comía de vez en cuando. Pero recuerde una cosa: excepto cuando uno está absorbido en un estado donde la mente está inmóvil, no es posible renunciar al sueño ni al alimento completamente. Cuando el cuerpo y la mente están ocupados en las tareas ordinarias de la vida, el cuerpo se tambalea si usted renuncia a la comida y al sueño.

Hay diferentes teorías concernientes a cuánto debe comer y a cuánto debe dormir un *sadhaka*. Algunos dicen que es saludable acostarse a las 10 de la noche y levantarse a las 2 de la mañana. Eso da a entender que cuatro horas de sueño es suficiente. Otros dicen que cuatro horas de sueño no es suficiente, sino que deben ser seis horas. Tanto vale decir que el sueño y la comida no deben tomarse en exceso. Si usted quiere cortar tajantemente con cada uno de ellos, su mente se dirigirá siempre hacia ellos. Por lo tanto, el *sadhaka* debe hacer todo con moderación[15].

No hay ningún daño en comer tres o cuatro veces al día. Pero no diga «quiero esto para comer y no quiero eso». Por otra parte, usted toma estas comidas durante las horas de vigilia mientras que no come nada durante las horas del sueño. ¿Le conduce el sueño a usted a *mukti* [liberación]?. Es erróneo suponer que la simple inactividad le conduce a uno a *mukti*[16].

Pregunta: ¿Qué hay sobre la dieta?.

Respuesta. El alimento afecta a la mente. Para la práctica de cualquier tipo de *yoga*, el vegetarianismo es absolutamente necesario puesto que hace a la mente más *sáttvica* [pura y armoniosa].

Pregunta: ¿Se puede recibir la iluminación espiritual mientras se comen alimentos carnívoros?.

Respuesta: Sí, pero abandónelos gradualmente y acostúmbrese a los alimentos *sáttvicos*. Sin embargo, una vez que usted ha alcanzado la iluminación no supondrá ninguna

diferencia lo que usted coma, lo mismo que, sobre un gran fuego, es indiferente el combustible que se eche[17].

Pregunta: Nosotros los europeos estamos acostumbrados a una dieta particular y un cambio de dieta afecta a la salud y debilita la mente. ¿No es necesario mantener la salud física?.

Respuesta: Completamente necesario. Cuanto más se debilita el cuerpo tanto más se fortalece la mente.

Pregunta: En la ausencia de nuestra dieta usual nuestra salud se resiente y la mente pierde fuerza.

Respuesta: ¿Qué entiende usted por fuerza de mente?.

Pregunta: El poder para eliminar el apego hacia el mundo.

Respuesta: La cualidad del alimento influencia la mente. La mente se alimenta del alimento consumido.

Pregunta: ¡Efectivamente! ¿Entonces cómo pueden los europeos ajustarse al alimento *sáttvico* sólo?.

Respuesta: El hábito es solamente ajuste al entorno. Es la mente lo que importa. El hecho es que la mente ha sido entrenada a pensar en algunos alimentos como sabrosos y buenos. El material alimentario ha de tenerse por igual tanto en la dieta vegetariana como en la no-vegetariana. Pero la mente desea tal alimento al cual está acostumbrada y que se considera sabroso.

Pregunta: ¿Hay restricciones para el hombre realizado con respecto al alimento?.

Respuesta: No. Él es estable y no es influenciado por el alimento que toma.

Pregunta: ¿No se mata la vida para preparar una dieta de carne?.

Respuesta: *Ahimsa* [no-violencia] ocupa un lugar destacado en el código de disciplina de los yoguis.

Pregunta: Incluso las plantas tienen vida.

Respuesta: ¡También las losas sobre las cuales usted se sienta!.

Pregunta: ¿Podemos acostumbrarnos gradualmente al alimento vegetariano?.

Respuesta: Sí. Esa es la manera[18].

Pregunta: ¿Es inofensivo continuar fumando?.

Respuesta: No, pues el tabaco es un veneno. Es mejor prescindir de él. Es bueno que usted haya dejado de fumar. Los hombres son esclavizados por el tabaco y no pueden abandonarlo. Pero el tabaco sólo da una estimulación pasajera a la cual debe haber una reacción con más ganas. Tampoco es bueno para la práctica de la meditación.

Pregunta: ¿Recomienda usted que se abandonen la carne y las bebidas alcohólicas?.

Respuesta: Es aconsejable abandonarlas debido a que esta abstención es una ayuda útil para los principiantes. La dificultad de abandonarlas no reside en que sean realmente necesarias, sino meramente en que nosotros las apreciamos debido a la costumbre y al hábito de ellas.

Pregunta: Hablando en general, ¿cuáles son las reglas de conducta que un aspirante debe seguir?.

Respuesta: Moderación en la comida, moderación en el sueño y moderación en el habla[20].

CAPÍTULO 13. EL YOGA

Los practicantes del yoga persiguen la unión con el Sí mismo (yoga es la palabra sánskrita para unión) por medio de ejercicios característicos mentales y físicos. La mayor parte de estos ejercicios pueden ser rastreados hasta los *Yoga Sutras* de Patanjali, los cuales fueron escritos hace alrededor de 2.000 años. El sistema de Patanjali, conocido como *raja yoga*, contiene ocho niveles y prácticas característicos.

1 *Yama* Conducta de vida en relación a los demás —evitar la falsedad, el robo, el perjuicio a los demás, la sensualidad y la codicia.
2 *Niyama* Conducta hacia uno mismo —limpieza, tranquilidad, austeridad, estudio y devoción.
3 *Asana* Ejercicios de estiramiento, curvamiento y equilibrio. Estos ejercicios hoy en día se conocen colectivamente como *hatha yoga*.
4 *Pranayama* Ejercicios respiratorios cuyo propósito es controlar la mente.
5 *Pratyahara* Retirar la atención del cuerpo y de los sentidos.
6 *Dharana* Concentración de la mente.
7 *Dhyana* Meditación.
8 *Samadhi* Contemplación ininterrumpida de la realidad.

La mayoría de estas prácticas pueden encontrarse en otros sistemas espirituales. La única excepción son el *hatha yoga* y el *pranayama* y son éstas las que dan al *raja yoga* su carácter distintivo. Cuando los visitantes preguntaban a Sri Ramana sobre estas prácticas él usualmente criticaba el *hatha yoga* a causa de su obsesión con el cuerpo. Es una premisa fundamental de sus enseñanzas que los problemas espirituales sólo pueden resolverse controlando la mente, y debido a esto, él nunca alentaba la práctica de disciplinas espirituales que se

dedicaban primariamente al bienestar del cuerpo. Sri Ramana tenía una opinión más elevada del *pranayama* (control del soplo), y decía que era una ayuda útil para aquéllos que no podían controlar su mente de otra manera, pero en conjunto tendía a considerarlo como una práctica de principiante. Sus puntos de vista sobre los otros aspectos del *raja yoga* (tales como la moralidad, la meditación y el *samadhi*) se han tratado en capítulo separados.

En adición al *raja yoga* hay otro sistema popular llamado el *kundalini yoga*. Los practicantes de este sistema se concentran sobre los centros síquicos (*chakras*) en el cuerpo a fin de generar un poder espiritual que ellos llaman *kundalini*. El propósito de esta práctica es forzar el *poder kundalini* por un canal síquico (la *sushumna*) que va desde la base de la espina dorsal hasta el cerebro. El *kundalini yogui* cree que cuando este poder alcanza el *sahasrara* (el *chakra* más elevado localizado en el cerebro), resultará la realización de Sí mismo.

Sri Ramana nunca aconsejaba a sus devotos la práctica del *kundalini yoga* puesto que lo consideraba a la vez sustancialmente peligroso e innecesario. Aceptaba la existencia del poder *kundalini* y de los *chakras* pero decía que inclusive si el poder *kundalini* alcanzaba el *sahasrara* de ello no resultaría la realización. Para la realización final, decía, el poder *kundalini* debe ir más allá del *sahasrara*, descendiendo por otro *nadi* (nervio síquico) que él llamaba *amritanadi* (llamado también el *paranadi* o *jivanadi*) adentro del centro del Corazón en el lado derecho del pecho. Puesto que sostenía que la indagación de sí mismo conduciría automáticamente el poder *kundalini* al centro del Corazón, enseñaba que los demás ejercicios de *yoga* eran innecesarios.

> «El Sí mismo se alcanza por la búsqueda del origen del ego y profundizando dentro del Corazón. Este es el método directo de realización de Sí mismo. El que lo adopta no necesita preocuparse de los *nadis*, del centro de cerebro [*sahasrara*], de la *sushumna*, del *paranadi*, de la *kundalini*, del *pranayama* ni de los seis centros [*chakras*]»[1].

Además de las prácticas reseñadas arriba, el Hinduismo contiene otro *yoga* llamado *karma yoga*, el *yoga* de la acción. Los practicantes de este sistema tienen como meta evolucionar espiritualmente sirviendo y asistiendo a los demás a-egoístamente. Aunque se habla de él elevadamente en la *Bhagavad Gita*, Sri Ramana generalmente desalentaba a sus devotos de que siguieran esta vía puesto que presupone la existencia de un «yo» que va a hacer las buenas obras y de «otras gentes» que están en necesidad de asistencia. Solamente lo alentaba si sentía que algún devoto particular era incapaz de seguir las vías de *jnana*, *bhakti* o *raja yoga*.

> «Si un aspirante no es apto temperamentalmente para los dos primeros métodos [*jnana* o *bhakti*], ni circunstancialmente, debido a la edad, para el tercer método [*raja yoga*], debe intentar el *karma marga* [la vía del *karma yoga*]. Sus tendencias más nobles devienen entonces más evidentes y él saca (de ello) un placer impersonal. El hombre deviene así debidamente equipado para una de las tres vías ya mencionadas»[2].

Sri Ramana hacía hincapié en que para tener éxito, el *karma yoga* debe estar libre de la noción de que él está ayudando a otros, y que debe también no estar apegado y ser indiferente a las consecuencias de las acciones. Aunque raramente daba al *karma yoga* más que un templado respaldo admitía que estas dos condiciones se cumplían si todas las acciones se llevaban a cabo sin la idea de «yo soy el hacedor».

Pregunta: *Yoga* significa unión. ¿Yo me pregunto unión de qué con qué?.

Respuesta: Exactamente. *Yoga* implica una división previa y significa una unión posterior de una cosa con otra. ¿Pero quién tiene que unirse y con quién?. Usted es el buscador, que busca la unión con algo. Si usted asume esto entonces ese algo debe estar separado de usted. Pero su Sí mismo es íntimo de usted y usted es siempre consciente de él. Búsquelo y séalo. Entonces

se expandirá como lo infinito y ya no habrá ninguna cuestión de *yoga* [unión]. ¿De quién es la separación [*viyoga*]?[3].

Pregunta: Yo no sé. ¿Hay realmente separación?.

Respuesta: Descubra para quién es la separación [*viyoga*]. Eso es yoga. *Yoga* es común a todas las vías. *Yoga* no es en realidad nada más que cesar de pensar que usted es diferente del Sí mismo o la realidad. Todos los *yogas* —*karma*, *jnana*, *bhakti*, y *raja*— son sólo diferentes vías apropiadas a diferentes naturalezas con diferentes modos de evolución. Todos tienen por meta sacar a las gentes de la noción tanto tiempo mantenida de que ellos son diferentes del Sí mismo. No hay ninguna cuestión de unión o *yoga* en el sentido de ir y unirse con algo que está en algún lugar lejos de nosotros o que es diferente de nosotros, debido a que usted nunca ha estado ni puede estar separado del Sí mismo[4].

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre *yoga* e indagación?.

Respuesta: El *yoga* prescribe *chitta-vritti-nirodha* [represión de los pensamientos][5] mientras que yo prescribo *atmanveshana* [la gesta de uno mismo]. Este último método es más practicable. La mente está represada en el desmayo, o como el efecto del ayuno. Pero tan pronto como se retira la causa la mente revive, es decir, los pensamientos comienzan a fluir como antes. Hay sólo dos modos de controlar la mente. O buscar su fuente, o someterla para que sea destruida por el poder supremo. La sumisión es el reconocimiento de la existencia de un poder omnipotente más elevado. Si la mente se niega a ayudar en la búsqueda de la fuente, déjela ir y espere su retorno; entonces vuélvala hacia adentro. Nadie lo logra sin paciente perseverancia[6].

Pregunta: ¿Es necesario controlar la respiración?.

Respuesta: El control del soplo es solamente una ayuda para profundizar dentro de uno mismo. Uno puede profundizar también controlando la mente. Cuando se controla la mente, el soplo se controla automáticamente. No hay necesidad de intentar el control del soplo, el control de la mente es suficiente. El control del soplo se recomienda solamente para aquellos que no pueden controlar sus mentes directamente[7].

Pregunta: ¿Cuándo se debe hacer *pranayama* (control del soplo) y por qué es efectivo?.

Respuesta: En la ausencia de indagación y de devoción, puede intentarse el sedativo natural *pranayama* [la regulación del soplo]. Esto se conoce como *yoga marga* [la vía del yoga]. Si la vida corre peligro todo el interés se centra alrededor de un solo punto, salvar la vida. Si se contiene el soplo la mente no puede permitirse (y no se permite) saltar a sus divertimentos — los objetos externos. Así hay reposo para la mente mientras el soplo está contenido. Al estar toda la atención vuelta sobre el soplo o su regulación, se pierden otros intereses[8].

La fuente del soplo es la misma que la de la mente. Por lo tanto la submersión de uno conduce sin esfuerzo a la submersión del otro.

Pregunta: ¿Aquietará la mente la concentración sobre los *chakras*?.

Respuesta: Fijando sus mentes sobre los centros síquicos tales como el *sahasrara* [el *chakra*-loto de los mil pétalos], los *yoguis* permanecen algún tiempo sin consciencia de sus cuerpos. Mientras continúa este estado ellos parecen estar inmersos en algún tipo de dicha. Pero cuando la mente que ha devenido tranquila emerge y deviene activa de nuevo reasume sus pensamientos mundanales. Es por lo tanto necesario disciplinarla con la ayuda de prácticas como *dhyana* [meditación] siempre que se externaliza. Entonces alcanzará un estado en el cual no hay ni submersión ni emergencia[9].

Pregunta: ¿Es también pasajero el control de la mente inducido por *pranayama*?.

Respuesta: La quiescencia dura solamente mientras se controla el soplo. De modo que es pasajera. La meta no es por tanto el *pranayama* [control del soplo]. Se extiende a *pratyahara* [retirada], *dharana* [concentración de la mente], *dhyana* [meditación] y *samadhi*. Todas estas etapas tratan del control de la mente. Tal control de la mente deviene más fácil para una persona que previamente ha practicado *pranayama*. El *pranayama* por lo tanto le conduce a uno a etapas más elevadas. Debido a que estas etapas más elevadas implican controlar la

mente, se puede decir que el control de la mente es el propósito último del *yoga*.

Un hombre más avanzado irá directo naturalmente al control de la mente sin perder su tiempo en practicar el control del soplo[10].

Pregunta: El *pranayama* tiene tres fases —exhalación, inhalación y retención. ¿Cómo deben regularse?.

Respuesta: Sólo abandonar completamente la identificación con el cuerpo es exhalación [*rechaka*]; sólo sumergirse dentro por medio de la indagación «¿Quién soy yo?» es inhalación [*puraka*] sólo permanecer como la única realidad «Yo soy eso» es retención [*kumbhaka*]. Este es el *pranayama* real[11].

Pregunta: He encontrado dicho en el *Maha Yoga* que en el comienzo de la meditación uno puede atender al soplo, es decir, a su inspiración y expiración, y que después que se alcanza una cierta suma de quietud mental, se puede profundizar en el Corazón buscando la fuente de la mente. Yo estaba llanamente necesitado de una tal sugerencia práctica. ¿Puedo seguir este método? ¿Es correcto?.

Respuesta: La cosa es matar la mente como sea. A aquellos que no tienen fuerza para seguir el método de la indagación se les aconseja adoptar el *pranayama* como una ayuda al control de la mente. Este *pranayama* es de dos tipos, controlar y regular el soplo, o simplemente observar el soplo[12].

Pregunta: En el control del soplo, ¿no es la proporción 1:4:2 para inhalar, retener y exhalar la mejor?.

Respuesta: Todas esas proporciones, a veces reguladas no contando sino pronunciando *mantras*, son ayudas al control de la mente. Eso es todo. Observar el soplo es también una forma de *pranayama*. Inhalar, retener y exhalar es más violento y puede ser dañino en algunos casos, por ejemplo cuando no hay ningún Gurú cualificado para guiar al buscador en cada paso y en cada etapa. Pero observar meramente el soplo es fácil y no entraña ningún riesgo[13].

Pregunta: ¿Es la manifestación de *kundalini sakti* [el poder *kundalini*] posible solamente para aquellos que siguen la vía yóguica de adquirir *sakti* [poder], o es posible también para

aquellos que siguen la vía de la devoción [*bhakti*] o del amor [*prema*]?.

Respuesta: ¿Quién no tiene *kundalini sakti*?. Cuando se conoce la naturaleza real de esa *sakti*, se llama *akhandakara vritti* [consciencia indivisa] o *aham sphurana* [efulgencia de «Yo»]. *Kundalini sakti* está aquí para todas las gentes sea cual sea la vía que sigan. Es solamente una diferencia en el nombre.

Pregunta: Se dice que la *sakti* se manifiesta en cinco fases, en diez fases, en un centenar y en un millar de fases. ¿Cuál es verdadero: cinco, diez, cien o mil?.

Respuesta: La *sakti* tiene solamente una fase. Si se dice que se manifiesta en varias fases, es solamente una manera de hablar. La *sakti* es solamente una.

Pregunta: ¿Puede un *jnani* ayudar no solamente a aquellos que siguen su vía sino también a otros que siguen otras vías tales como el *yoga*?.

Respuesta: Indudablemente. Puede ayudar a las gentes sea cual sea la vía que elijan seguir. Es algo parecido a esto. Suponga que hay una colina. Habrá muchos caminos para subir a ella. Si el *jnani* anda pidiendo a las gentes que suban por el camino por el cual él mismo ha subido, a algunos puede que les guste y a otros no. Si a las gentes que no les gusta se les pide que suban por esa vía, y por esa vía solamente, no serán capaces de llegar arriba. De aquí que un *jnani* ayuda a las gentes a seguir cualquier vía particular, sea cual sea. Las gentes que están a medio camino pueden no saber los méritos y deméritos de las otras vías, pero el que ha subido a la cima y está sentado allí observando cómo los demás suben, es capaz de ver todas las vías. Por lo tanto será capaz de decirle a las gentes que están subiendo que se muevan un poco hacia este lado o hacia aquel o que eviten un escollo. La meta es la misma para todos[14].

Pregunta: ¿Cómo puede uno dirigir el *prana* o fuerza vital dentro de la *nadi sushumna* [un nervio síquico en la espina dorsal] a fin de que la *chit-jada-sushumna* [la identificación de la consciencia con el cuerpo] pueda ser quebrantada del modo en que se afirma en *Sri Ramana Gita*?.

Respuesta: Indagando «¿Quién soy yo?». El *yogui* puede tener como propósito final hacer que surja el poder *kundalini* y hacerlo subir por la *sushumna*. El *jnani* puede no tener esto como su objeto. Pero ambos logran los mismos resultados, el de hacer subir la fuerza vital por la *sushumna* y quebrantar el *chit-jada-granthi*. *Kundalini* es solamente otro nombre para *atma* o Sí mismo o *sakti*. Hablamos de ella como estando dentro del cuerpo, debido a que nosotros nos concebimos a nosotros mismos como limitados por este cuerpo. Pero está en realidad a la vez dentro y fuera, y no es diferente del Sí mismo o la *sakti* del Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo batir las *nadis* [nervios síquicos] a fin de que la *kundalini* suba por la *sushumna*?.

Respuesta: Aunque el *yogui* puede tener sus métodos de control del soplo para este objeto, el método del *jnani* es solamente el de la indagación. Cuando por este método la mente se sumerge en el Sí mismo, la *sakti* o *kundalini*, la cual no está separada del Sí mismo, surge automáticamente[15].

Los *yoguis* dan la máxima importancia al ascenso de la *kundalini* hasta el *sahasrara* el centro cerebral o el loto de los mil pétalos. Apuntan la afirmación de las escrituras de que la corriente vital entre en el cuerpo a través de la fontanela y argumentan que, habiendo sobrevenido *viyoga* [la separación] de ese modo, el *yoga* [la unión] debe efectuarse también del modo inverso. Por lo tanto, dicen, por la práctica del *yoga* nosotros debemos juntar los *pranas* y entrar en la fontanela para la consumación del *yoga*. Los *jnanis* señalan por otra parte que el *yogui* asume la existencia del cuerpo y su separación del Sí mismo. Solamente si se acepta este punto de vista de la separatividad puede el *yogui* aconsejar el esfuerzo por la reunión mediante la práctica del *yoga*.

De hecho el cuerpo está en la mente, la cual tiene el cerebro por sede. Que el cerebro funciona por la luz prestada de otra fuente es admitido por los *yoguis* mismos en su teoría de la fontanela. El *jnani*, además, argumenta: si la luz es prestada debe venir de su fuente nativa. Vaya a la fuente directa y no

dependa de recursos prestados. Esa fuente es el Corazón, el Sí mismo[16].

El Sí mismo no viene de ninguna otra parte ni entra en el cuerpo a través de la coronilla de la cabeza. Es lo que es, siempre brillante, siempre estable, inmutable e incambiable. El individuo se confina a sí mismo a los límites del cuerpo o de la mente cambiantes, los cuales derivan su existencia del Sí mismo inmutable. Todo lo que se necesita es abandonar esta identidad errónea, y hecho eso, se verá que el Sí mismo siempre brillante es la única realidad no-dual.

Si uno se concentra sobre el *sahasrara* no hay ninguna duda de que sobreviene el éxtasis del *samadhi*. Los *vasanas*, que son las tendencias mentales latentes, no son destruidos sin embargo. El *yogui* está por lo tanto obligado a despertarse del *samadhi* debido a que la liberación de la esclavitud todavía no se ha cumplido. Debe intentar todavía erradicar los *vasanas* inherentes en él a fin de que cesen de perturbar la paz de su *samadhi*. Así desciende desde el *sahasrara* al Corazón a través de lo que se llama la *jivanadi*, la cual es solamente una continuación de la *sushumna*. La *sushumna* es así una curva. Comienza en el *chakra* más bajo, sube a través de la espina dorsal hasta el cerebro y desde allí desciende y acaba en el Corazón. Cuando el *yogui* ha alcanzado el Corazón, el *samadhi* deviene permanente. Así pues, vemos que el Corazón es el centro final[17].

Pregunta: Las prácticas *Hatha-yóguicas* se dice que curan las enfermedades efectivamente y por lo tanto se recomiendan como preliminares necesarios para el *jnana yoga*.

Respuesta: Deje usted que quienes las recomiendan las usen. Esa no ha sido la experiencia aquí. Todas las enfermedades serán efectivamente aniquiladas por la continua indagación de sí mismo[18]. Si usted parte de la noción de que la salud del cuerpo es necesaria para la salud de la mente, nunca habrá un final para el cuidado del cuerpo[19].

Pregunta: ¿No es necesario el *hatha yoga* para la indagación dentro del Sí mismo?.

Respuesta: Cada uno encuentra un método conveniente para él, debido a las tendencias latentes [*purva samskara*].

Pregunta: ¿Puede el *hatha yoga* hacerse a mi edad?.

Respuesta: ¿Por qué piensa usted en todo eso?. Debido a que usted piensa que el Sí mismo es exterior a usted, usted lo desea y se esfuerza por él. ¿Pero no existe usted constantemente? ¿Por qué se deja usted a usted mismo y va detrás de algo externo?.

Pregunta: Se dice en el *Aparoksha Anubhuti* que el *hatha yoga* es una ayuda necesaria para la indagación dentro del Sí mismo.

Respuesta: Los *hatha yoguis* pretenden mantener el cuerpo en forma, de modo que la indagación pueda efectuarse sin obstáculos. También dicen que la vida debe ser prolongada a fin de que la indagación pueda ser llevada a un fin logrado. Por otra parte, hay aquellos que usan algunas medicinas [*kayakalpa*] con miras a ese fin. Su ejemplo favorito es que la pantalla debe estar perfecta antes de que se comience la pintura. Sí, ¿pero cuál es la pantalla y cuál es la pintura?. Según ellos el cuerpo es la pantalla y la indagación dentro del Sí mismo es la pintura. ¿Pero no es el cuerpo mismo una pintura sobre la pantalla, el Sí mismo?.

Pregunta: Pero se habla tanto del *hatha yoga* como una ayuda.

Respuesta: Sí. Inclusive grandes *pandits* bien versados en el *vedanta* continúan practicándolo. De otro modo sus mentes no se sumergirán. Así pues, puede decir que es útil para aquellos que no pueden aquietar la mente de otro modo[20].

Pregunta: ¿Qué son los a*sanas* [posturas o bases]? ¿Son necesarios?.

Respuesta: En los *yoga sastras* se mencionan muchos *asanas* con sus efectos. Las bases son la piel de tigre, la hierba, etc. Las posturas son la «postura del loto», la «postura sencilla» y demás. ¿Por qué todo esto solamente para conocerse a uno mismo?. La verdad es que del Sí mismo surge el ego, se confunde a sí mismo con el cuerpo, toma erróneamente el mundo como real, y entonces, cubierto de amor propio egoísta,

piensa desatinadamente y busca *asanas* [bases]. Una tal persona no comprende que él mismo es el centro de todo y que constituye así la base de todo.

El *asana* [base, asiento] se propone para que se asiente firmemente en él. ¿Dónde y cómo puede permanecer firme excepto en su propio estado real?. Este es el *asana* real[21].

Sólo alcanzar la estabilidad de no separarse del conocimiento de que la base [*asana*] sobre la cual todo el universo reposa es únicamente el Sí mismo, el cual es el espacio del verdadero conocimiento, el terreno ilustre, es la postura [*asana*] firme e inmutable para el *samadhi* excelente[22].

Pregunta: ¿En cuál *asana* está sentado usualmente Bhagavan?.

Respuesta: ¿En cuál *asana*?. En el *asana* del Corazón. Donde quiera que hay dicha, allí está mi *asana*. A eso se llama *sakhasana*, el *asana* de la felicidad. Ese *asana* del Corazón es apacible, y da felicidad. No hay necesidad de ningún otro *asana* para aquellos que tienen su sede en ése[23].

Pregunta: La *Gita* parece enfatizar el *karma yoga* [el yoga de la acción], pues a Arjuna se le persuade a luchar. Sri Krishna mismo establece el ejemplo con una vida activa llena de grandes hazañas.

Respuesta: La *Gita* comienza diciendo que usted no es el cuerpo y que usted no es por lo tanto el *karta* [el hacedor].

Pregunta: ¿Cuál es el significado?.

Respuesta: Significa que se debe actuar sin pensar que uno mismo es el que actúa. Las acciones proseguirán inclusive en el estado sin ego. Cada persona ha entrado en la manifestación para un cierto propósito y ese propósito se cumplirá tanto si él mismo se considera el hacedor como si no.

Pregunta: ¿Qué es el *karma yoga*? ¿Es no-apego al *karma* [acción] o a su fruto?.

Respuesta: *Karma yoga* es ese yoga en el cual la persona no se arroga a sí mismo la función de ser el hacedor. Todas las acciones prosiguen automáticamente.

Pregunta: ¿Es no-apego a los frutos de las acciones?.

Respuesta: La cuestión surge solamente si hay hacedor. Se dice en todas las escrituras que usted no debe considerarse a usted mismo el hacedor.

Pregunta: Así pues, *karma yoga* es «kartritva buddhi rahita karma» —*acción sin el sentido de ser el hacedor*.

Respuesta. Sí. Exactamente eso.

Pregunta: La *Gita* enseña que uno debe tener una vida activa de comienzo a fin.

Respuesta: Sí, la acción sin el hacedor[24].

Pregunta: Si uno permanece quieto, ¿cómo va a producirse la acción? ¿Dónde está el lugar para el *karma yoga*?.

Respuesta: Comprendamos primero lo que es *karma*, de quién es el *karma* y quién es el hacedor. Al analizarlos e indagar en su verdad, uno está obligado a permanecer como el Sí mismo en paz. Sin embargo, inclusive en ese estado las acciones continuarán.

Pregunta: ¿Cómo continuarán las acciones si yo no actúo?.

Respuesta: ¿Quién hace esta pregunta? ¿Es el Sí mismo u otro? ¿Está el Sí mismo supeditado a las acciones?.

Pregunta: No, el Sí mismo no. Es otro, diferente del Sí mismo.

Respuesta: Así pues, es evidente que el Sí mismo no está supeditado a las acciones, de modo que la cuestión no se plantea[25].

Pregunta: Yo quiero hacer *karma yoga*. ¿Cómo puedo ayudar a los demás?.

Respuesta: ¿Quién hay para que usted lo ayude?. ¿Quién es el «yo» que va a ayudar a los demás?. Primero aclare ese punto y entonces todo se ordenará por sí solo[26].

Pregunta: ¿Qué significa «realizar el Sí mismo»? ¿Ayuda mi realización a los demás?.

Respuesta: Sí, y es la mejor ayuda que usted puede rendir a los demás. Pero en realidad no hay ningunos otros a quienes ayudar. Pues el ser realizado ve solamente el Sí mismo, lo mismo que el orífice ve solamente el oro al evaluarlo en diferentes joyas hechas de oro. Cuando usted se identifica a usted mismo con el cuerpo, el nombre y la forma están aquí. Pero cuando usted trasciende la consciencia del cuerpo, los

demás también desaparecen. El realizado no ve el mundo como diferente de él mismo.

Pregunta: ¿No sería mejor si los santos se mezclaran con las demás gentes a fin de ayudarlos?.

Respuesta: No hay ningunos otros con quienes mezclarse. El Sí mismo es la única realidad[27].

El sabio ayuda al mundo meramente siendo el Sí mismo real. El mejor modo de servir al mundo es ganar el estado sin ego. Si usted está ansioso de ayudar al mundo, pero piensa que no puede hacerlo alcanzando el estado sin ego, entonces someta a Dios todos los problemas del mundo, junto con los suyos propios[28].

Pregunta: ¿No debo intentar ayudar al mundo que sufre?.

Respuesta: El poder que le ha creado a usted ha creado el mundo también. Si puede cuidar de usted, puede cuidar similarmente del mundo también. Si Dios ha creado el mundo es su asunto cuidar de él, no de usted[29].

Pregunta: ¿Es justo el deseo de *swaraj* [independencia política]?.

Respuesta: Tal deseo comienza sin duda con el propio interés de uno. Sin embargo el trabajo práctico en pos de la meta amplía gradualmente la visión de modo que el individuo deviene inmerso en el país. Tal submersión de la individualidad es deseable y el *karma* relacionado es *nishkama* [no egoísta].

Pregunta: Si *swaraj* se gana después de una larga lucha y de terribles sacrificios, ¿no está justificada la persona al complacerse en el resultado y al sentirse orgullosa de él?.

Respuesta: En el curso de su trabajo debe haberse sometido al poder más alto cuya dominación debe tener presente y no perderla de vista nunca. ¿Cómo puede enorgullecerse entonces?. No debe preocuparse siquiera por el resultado de sus acciones. Solamente entonces el *karma* deviene a-egoísta[30].

QUINTA PARTE

EXPERIENCIA

No hay grados de realidad. Hay grados de experiencia para el individuo pero no de realidad. Sean cuales sean las experiencias, el experimentador es uno y el mismo[1].

El Sí mismo está ciertamente dentro de la experiencia directa de todos, pero no como uno lo imagina. Ello es solamente como ello es[2].

CAPÍTULO 14. SAMADHI

La palabra *samadhi* se usa ampliamente en la literatura espiritual oriental para denotar una etapa de meditación avanzada en la cual hay una experiencia consciente del Sí mismo o una absorción interna e imperturbada en el objeto de meditación. Se han descrito muchas graduaciones y subdivisiones del *samadhi* por las diferentes escuelas y religiones, tendiendo cada una a producir sus propias categorías y terminología características.

La clasificación usada generalmente por Sri Ramana divide los diferentes *samadhis* en la siguiente triple división:

1 *Sahaja nirvikalpa samadhi*. Este es el estado del *jnani* que ha eliminado final e irrevocablemente su ego. *Sahaja* significa «natural» y *nirvikalpa* significa «ninguna diferencia». Un *jnani* en este estado es capaz de funcionar naturalmente en el mundo, lo mismo que cualquier persona ordinaria. Sabiendo que él es el Sí mismo, el *sahaja jnani* no ve ninguna diferencia entre él mismo y los demás y ninguna diferencia entre él mismo y el mundo. Para una tal persona, todo es una manifestación del indivisible Sí mismo.

2 *Kevala nirvikalpa samadhi*. Esta es la etapa previa a la realización de Sí mismo. En este grado hay una consciencia pasajera pero sin esfuerzo, aunque el ego no ha sido finalmente eliminado. Se caracteriza por una ausencia de consciencia del cuerpo. Aunque se tiene una consciencia pasajera del Sí mismo en este estado, uno no es capaz de percibir información sensorial o de funcionar en el mundo. Cuando retorna la consciencia del cuerpo, el ego reaparece.

3 *Savikalpa samadhi*. En este estado la consciencia de Sí mismo se mantiene por un esfuerzo constante. La continuidad

del samadhi depende enteramente del esfuerzo puesto en mantenerla. Cuando la atención de Sí mismo fluctúa, la consciencia de Sí mismo se obscurece.

Las siguientes breves definiciones formuladas por Sri Ramana deben ser suficientes para guiar al no iniciado a través de la jungla terminológica del samadhi.

1. Aferrarse a la realidad es *samadhi*.
2. Aferrarse a la realidad con esfuerzo es *savikalpa samadhi*.
3. Sumergirse en la realidad y permanecer inconsciente del mundo es *nirvikalpa samadhi*.
4. Sumergirse en la ignorancia y permanecer inconsciente del mundo es sueño.
5. Permanecer en el estado primal, puro y natural sin esfuerzo es *sahaja nirvikalpa samadhi*[1].

Pregunta: ¿Qué es *samadhi*?.

Respuesta: Sólo es *samadhi* el estado en el cual se alcanza por la mente en quietud la experiencia íntegra de la existencia-consciencia. Sólo esa mente en quietud que se adorna con la obtención del ilimitado Sí mismo supremo es la realidad de Dios[2].

Cuando la mente está en comunión con el Sí mismo en obscuridad, se llama *nidra* [sueño], es decir, la inmersión de la mente en la ignorancia. La inmersión en un estado consciente o despierto se llama *samadhi*. *Samadhi* es la inherencia continua en el Sí mismo en un estado despierto. *Nidra* o sueño es también inherencia en el Sí mismo pero en un estado inconsciente. En *sahaja samadhi* la comunión es continua.

Pregunta: ¿Qué es *kevala nirvikalpa samadhi* y *sahaja nirvikalpa samadhi*?.

Respuesta: La inmersión de la mente en el Sí mismo, pero sin su destrucción, es *kevala nirvikalpa samadhi*. En este estado uno no está libre de los *vasanas* y por lo tanto uno no ha alcanzado *mukti* [liberación]. Solamente después de que los *vasanas* han sido destruidos puede uno alcanzar la liberación.

Pregunta: ¿Cuándo se puede practicar el *sahaja samadhi*?.

Respuesta: Desde el comienzo. Aunque se practique el *kevala nirvikalpa samadhi* durante años, si no se han desraizado los *vasanas* no se alcanzará la liberación[3].

Pregunta: ¿Puedo tener una idea clara de la diferencia entre *savikalpa* y *nirvikalpa*?.

Respuesta: Aferrarse al estado supremo es *samadhi*. Cuando es con esfuerzo debido a las perturbaciones mentales, es *savikalpa*. Cuando estas perturbaciones están ausentes, es *nirvikalpa*. Permanecer permanentemente en el estado primal sin esfuerzo es *sahaja*[4].

Pregunta: ¿Es el *nirvikalpa samadhi* absolutamente necesario antes del logro de *sahaja*?.

Respuesta: Morar permanentemente en cualquiera de estos *samadhis*, bien sea en *savikalpa*, o *nirvikalpa*, es *sahaja* [el estado natural]. ¿Qué es la consciencia corporal?. Es el cuerpo insenciente más la consciencia. Estos dos deben residir en otra consciencia, la cual es absoluta e inafectada y la cual permanece siempre como es, con o sin la consciencia corporal. ¿Qué importa entonces si la consciencia corporal se pierde o se retiene, provisto que uno se aferre a esa pura consciencia?. La ausencia total de la consciencia corporal tiene la ventaja de hacer el *samadhi* más intenso, aunque no constituye ninguna diferencia respecto al conocimiento de lo supremo[5].

Pregunta: ¿Es *samadhi* lo mismo que *turiya*, el cuarto estado?.

Respuesta: *Samadhi*, *turiya* y *nirvikalpa* tienen todos la misma implicación, es decir, consciencia del Sí mismo. *Turiya* significa literalmente el cuarto estado, la consciencia suprema, en tanto que distinto de los otros tres estados: vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. El cuarto estado es eterno y los otros tres estados vienen y van con él. En *turiya* hay la consciencia (*awareness*) de que la mente se ha sumergido en su fuente, el Corazón, y de que es quiescente allí, aunque algunos pensamientos todavía se cuelan en ella y los sentidos son todavía algo activos. En *nirvikalpa* los sentidos son inactivos y los pensamientos están totalmente ausentes. De aquí que la

experiencia de pura consciencia en este estado es intensa y dichosa. *Turiya* es obtenible en *sarvikalpa samadhi*[6].

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre la felicidad gozada en el sueño profundo y la felicidad gozada en *turiya*?.

Respuesta: No hay felicidades diferentes. Hay solamente una única felicidad, la cual incluye la felicidad gozada en el estado de vigilia, la felicidad de todos los tipos de seres desde el animal más bajo al *Brahma* más alto. La felicidad que se goza inconscientemente en el sueño es gozada conscientemente en *turiya*, esa es la única diferencia. La felicidad gozada en el estado de vigilia es de segunda mano, es un adjunto de la felicidad real [*upadhi ananda*][7].

Pregunta: ¿Es el *samadhi*, la octava etapa del *raja yoga*, lo mismo que el *samadhi* de que usted habla?.

Respuesta: En el *yoga* el término *samadhi* se refiere a algún tipo de trance y hay varios tipos de *samadhi*. Pero el *samadhi* de que yo hablo es diferente. Es *sahaja samadhi*. Desde aquí usted tiene *samadhana* [estabilidad] y permanece calmo y compuesto aunque usted esté activo. Usted se da cuenta de que usted es movido por el Sí mismo real de adentro. Usted no tiene preocupaciones, ni ansiedades, ni cuidados, pues usted llega a darse cuenta de que no hay nada que le pertenezca. Usted sabe que todo es hecho por algo con lo cual usted está en unión consciente.

Pregunta: Si este *sahaja samadhi* es la condición más deseable, ¿no hay ninguna necesidad del *nirvikalpa samadhi*?.

Respuesta: El *nirvikalpa samadhi* del *raja yoga* puede tener su utilidad. Pero en *jnana yoga* este *sahaja sthiti* [estado natural] o *sahaja nishtha* [morar en el estado natural] es ello mismo el estado *nirvikalpa*. En este estado natural la mente está libre de dudas. No tiene ninguna necesidad de nadar entre alternativas de posibilidades y probabilidades. No ve *vikalpas* [diferencias] de ninguna especie. Está cierta de la verdad debido a que siente la presencia de lo real. Inclusive cuando es activa, sabe que es activa en la realidad, el Sí mismo, el ser supremo[8].

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre sueño profundo, *laya* [un estado parecido al trance en el cual la mente está temporariamente en suspenso] y *samadhi*?.

Respuesta: En el sueño profundo la mente se sumerge pero no se destruye. Eso que se sumerge reaparece. Puede acontecer en la meditación también. Pero la mente que se destruye no puede reaparecer. El propósito del *yogui* debe ser destruirla y no sumergirla en *laya*. En la paz de la meditación, a veces sobreviene *laya* pero no es suficiente. Debe ser suplementado por otras prácticas para destruir la mente. Algunas gentes han entrado en *samadhi yóguico* con un pensamiento trivial y después de mucho tiempo se han despertado en la onda del mismo pensamiento. Entre tanto generaciones habían pasado por el mundo. Un tal yogui no ha destruido su mente. La verdadera destrucción de la mente es el no-reconocimiento de ella como separada del Sí mismo. Inclusive ahora la mente no es. Reconózcalo. ¿Cómo puede usted hacerlo sino en las actividades cotidianas que se producen automáticamente?. Sepa que la mente que las promueve no es real sino que es solamente un fantasma que procede del Sí mismo. Así es como se destruye la mente[9].

Pregunta: ¿Puede el meditador ser afectado por las perturbaciones físicas durante el *nirvikalpa samadhi*?. Mi amigo y yo no estamos de acuerdo sobre este punto.

Respuesta: Ambos tienen razón. Uno de ustedes está refiriéndose a *kevala* y el otro a *sahaja samadhi*. En ambos casos la mente está inmersa en la felicidad del Sí mismo. En el primer caso, los movimientos físicos pueden causar perturbación al meditador, debido a que la mente no está completamente muerta. Está todavía viva y, como ocurre después del sueño profundo, en cualquier momento puede activarse de nuevo. Es comparable a un cubo, el cual, aunque está completamente sumergido bajo el agua, puede ser sacado tirando de la cuerda a la cual está todavía atado. En *sahaja*, la mente se ha hundido completamente dentro del Sí mismo, como el cubo que se ha perdido en las profundidades del pozo junto con su cuerda. En *sahaja* no queda nada que pueda ser perturbado o traído de

vuelta al mundo. Las actividades de uno se parecen entonces a las del niño que mama dormido la leche de su madre y que apenas es consciente de que la toma[10].

Pregunta: ¿Cómo se puede funcionar en el mundo en un tal estado?.

Respuesta: El que se acostumbra naturalmente a la meditación y goza de la felicidad de la meditación no perderá su estado de *samadhi* sea cual fuere el trabajo exterior que haga, sean cuales fueren los pensamientos que le vengan. Eso es *sahaja nirvikalpa*[11]. *Sahaja nirvikalpa* es *nasa* [destrucción total de la mente] mientras que *kevala nirvikalpa* es *laya* [suspensión pasajera de la mente]. Aquellos que están en el estado de *laya samadhi* tendrán que volver para poner la mente bajo control de tiempo en tiempo. Si la mente es destruida, como en *sahaja samadhi*, jamás brotará de nuevo. Todo lo que se hace por tales gentes es espontáneo, ellos nunca resbalarán de su elevado estado.

Aquellos que están en el estado de *kevala nirvikalpa* no son realizados, son todavía buscadores. Aquellos que están en el estado de *sahaja nirvikalpa* son como una luz en un lugar sin viento, o como el océano sin olas, es decir, no hay ningún movimiento en ellos. No pueden encontrar nada que sea diferente de ellos mismos. Para aquellos que no alcanzan ese estado, todo parece ser diferente de ellos mismos[12].

Pregunta: ¿Es la experiencia de *kevala nirvikalpa* la misma que la de *sahaja*, aunque se descienda de ella al mundo relativo?.

Respuesta: No hay ningún bajar ni subir —el que sube y baja no es real. En *kevala nirvikalpa* el cubo mental está todavía en la existencia bajo el agua, y puede ser sacado en cualquier momento. *Sahaja* es como el río que se ha fundido con el océano desde el cual no hay ningún retorno. ¿Por qué hace usted todas estas preguntas?. Continúe practicando hasta que usted mismo tenga la experiencia[13].

Pregunta: ¿Cuál es la actividad del *samadhi* y subsiste el pensamiento entonces?.

Respuesta: Sólo el *samadhi* puede revelar la verdad. Los pensamientos tienden un velo sobre la realidad, y así la verdad no se realiza como tal en otros estados que no sean el *samadhi*.

En el *samadhi* hay únicamente la sensación «Yo soy» y ningún pensamiento. La experiencia de «Yo soy» es «ser en quietud».

Pregunta: ¿Cómo puedo repetir la experiencia del *samadhi* o la quietud que obtengo aquí en su presencia?.

Respuesta: Su experiencia presente se debe a la influencia de la atmósfera en la cual usted se encuentra. ¿Puede usted tenerla fuera de esta atmósfera?. La experiencia es intermitente. Hasta que deviene permanente, es necesaria la práctica[14].

Pregunta: ¿Es el *samadhi* una experiencia de calma o de paz?.

Respuesta: Sólo la tranquila claridad, que está desprovista del barullo mental, es el *samadhi*, el cual es la firme base para la liberación. Procurando asiduamente destruir el engañoso barullo mental, experimente ese *samadhi* como la serena consciencia, la cual es la claridad interior[15].

Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre *samadhi* interno y externo?.

Respuesta: El *samadhi* externo es aferrarse a la realidad mientras se presencia el mundo, sin reaccionar a él desde dentro. Hay la quietud de un océano sin olas. El *samadhi* interno implica la pérdida de la consciencia corporal.

Pregunta: La mente no se sumerge en ese estado ni siquiera durante un segundo.

Respuesta: Es necesaria una fuerte convicción de que «Yo soy el Sí mismo, que trasciende la mente y los fenómenos».

Pregunta: A pesar de ello, la mente prueba ser un indómito obstáculo que desbarata todos los intentos por sumergirse en el Sí mismo.

Respuesta: ¿Qué importa si la mente es activa?. Lo es solamente sobre el substratum del Sí mismo. Aférrese al Sí mismo incluso durante las actividades mentales[16].

Pregunta: Yo he leído en un libro de Romain Rolland sobre Ramakrishna que el *nirvikalpa samadhi* es una experiencia

terrible y aterradora. ¿Es el *nirvikalpa* tan terrible? ¿Estamos nosotros entonces padeciendo todos estos tediosos procesos de meditación, purificación y disciplina solamente para acabar en un estado de terror? ¿Estamos convirtiéndonos en cadáveres vivos?.

Respuesta: Las gentes tienen todo tipo de nociones sobre *nirvikalpa*. ¿Por qué habla usted de Romain Rolland?. Si aquellos que tienen a su disposición todas las *Upanishads* y la tradición *vedántica* tienen nociones completamente fantásticas sobre *nirvikalpa*, ¿quién puede culpar a un occidental por nociones similares?. Algunos *yoguis* mediante ejercicios respiratorios se dejan caer dentro de un estado cataléptico mucho más profundo que el sueño sin sueños, en el cual no son conscientes de nada, absolutamente de nada, y ellos le glorifican como *nirvikalpa*. Otros piensan que una vez que usted se sumerge en *nirvikalpa* usted deviene un ser completamente diferente. Otros consideran que *nirvikalpa* se obtiene solamente a través de un trance en el cual la consciencia del mundo está totalmente obliterada, como en un desvanecimiento. Todo esto se debe a que lo consideran sólo intelectualmente.

Nirvikalpa es *chit* —consciencia sin forma, sin esfuerzo. ¿Dónde entra el terror aquí, y dónde está el misterio en ser uno mismo?. Para algunas gentes cuyas mentes han devenido maduras por una larga práctica en el pasado, *nirvikalpa* viene repentinamente como una inundación, pero para otros viene en el curso de su práctica espiritual, una práctica que lentamente va agotando los pensamientos obstructivos y que revela la pantalla de la pura consciencia (*awareness*) «Yo - Yo». La práctica asidua torna la pantalla permanentemente expuesta. Esto es realización de Sí mismo, *mukti*, o *sahaja samadhi*, el estado natural, sin esfuerzo[17]. La mera no-percepción de las diferencias [*vikalpa*] exteriores no es la naturaleza real del *nirvikalpa* firme. Sepa que sólo la no-aparición de las diferencias [*vikalpas*] en la mente muerta es el verdadero *nirvikalpa*.

Pregunta: Cuando la mente comienza a sumergirse dentro del Sí mismo hay a menudo una sensación de temor.

Respuesta: El temor y el temblor involuntario del cuerpo mientras se está entrando en *samadhi* se debe a la ligera consciencia del ego que todavía queda. Pero cuando ésta muere completamente, sin dejar siquiera un rastro, uno mora como el vasto espacio de mera consciencia donde sólo la felicidad prevalece, y el temblor se detiene[18].

Pregunta: ¿Es el *samadhi* un estado dichoso o extático?.

Respuesta: En el *samadhi* mismo hay solamente paz perfecta. El éxtasis viene cuando la mente revive al final del *samadhi*, con el recuerdo de la paz del *samadhi*. En la devoción el éxtasis viene primero. Se manifiesta por lágrimas de alegría, erizamiento del vello y balbuceos vocales. Cuando el ego finalmente muere y se obtiene el *sahaja*, estos síntomas y los éxtasis cesan[19].

Pregunta: Al realizar el *samadhi*, ¿no se obtienen *siddhis* [poderes sobrenaturales] también?.

Respuesta: A fin de exhibir los *siddhis* [poderes], tiene que haber otros para reconocerlos. Eso significa que no hay ningún *jnana* en el que los exhibe. Por lo tanto, los *siddhis* no merecen ni un pensamiento. Sólo *jnana* ha de ser perseguido y ganado[20].

Pregunta: Se afirma en la *Mandukyopanishad* que a menos que se experimente también el *samadhi*, la octava y última etapa del *yoga*, no puede haber ninguna liberación [*moksa*] por mucha meditación [*dhyana*] o austeridades físicas [*tapas*] que se hayan hecho. ¿Es eso así?.

Respuesta: Rectamente comprendidos, son lo mismo. No supone ninguna diferencia que usted lo llame meditación o austeridades o absorción, o cualquier otra cosa. Eso que es estable, continuo como el flujo de aceite, es austeridad, meditación y absorción. Ser el propio Sí mismo de uno es *samadhi*.

Pregunta. Pero se dice en la *Mandukyopanishad* que el *samadhi* debe experimentarse necesariamente antes de alcanzar la liberación.

Respuesta: ¿Y quién dice que no es así?. Eso se dice no solamente en la *Mandukyopanishad* sino en todos los libros antiguos. Pero es verdadero *samadhi* solamente si usted conoce

su Sí mismo. ¿Cuál es la utilidad de sentarse en quietud durante algún tiempo como un objeto sin vida?. Suponga que usted tiene un absceso en su mano y que le operan bajo anestesia. Usted no siente ningún dolor en el momento, ¿pero significa eso que usted ha estado en *samadhi*?. Es lo mismo con esto también. Uno tiene que saber lo que el *samadhi* es. ¿Y cómo puede usted saberlo sin conocer su Sí mismo. Si se conoce el Sí mismo, se conocerá el *samadhi* automáticamente[21].

Samadhi es el estado natural de uno. Es la corriente que subyace en los tres estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. El Sí mismo no está en estos estados, pero estos estados están todos en el Sí mismo. Si obtenemos el *samadhi* en nuestro estado de vigilia, eso persistirá en el sueño profundo también. La distinción entre consciencia e inconsciencia pertenece al reino de la mente, la cual es transcendida por el estado del Sí mismo real[22].

Pregunta: Así pues, ¿debe uno estar siempre intentando alcanzar el *samadhi*?.

Respuesta: Los sabios dicen que sólo el estado de equilibrio que está desprovisto del ego es *mouna-samadhi* [el *samadhi* del silencio], el pináculo del conocimiento. Hasta que se alcance *mouna-samadhi*, el estado en el cual se es la realidad sin ego, busque solamente la aniquilación del «yo» como su meta[23].

CAPÍTULO 15. VISIONES Y PODERES SÍQUICOS

La meditación a veces provoca espectaculares efectos colaterales; pueden aparecer visiones de dioses y ocasionalmente pueden desarrollarse poderes sobrenaturales como la clarividencia y la telepatía. Ambos efectos pueden producirse también deliberadamente. La concentración sobre una imagen mental resultará a veces en visiones, particularmente si la concentración se hace con devoción o si hay un fuerte deseo de que las visiones aparezcan. Los poderes síquicos (*siddhis*) también pueden alcanzarse mediante ejercicios yóguicos especiales. Los *Yoga Sutras* de Patanjali, el texto clásico sobre el yoga, enumera varios ejercicios que aceleran el desarrollo de ocho *siddhis* que van desde la invisibilidad a caminar sobre el agua.

Sri Ramana disuadía a sus devotos de que persiguieran deliberadamente las visiones o los *siddhis* señalando que eran productos de la mente que podían impedir más bien que facilitar la realización de Sí mismo. Si las visiones venían espontáneamente a veces admitía que eran un signo de progreso pero usualmente agregaba que eran solamente experiencias pasajeras en la mente y que estaban «por debajo del plano de la realización»[1].

Si los *siddhis* aparecen espontáneamente, Sri Ramana subrayaba los peligros de apegarse a ellos, explicando que tales poderes era mucho más probable que inflaran el ego que ayudaran a su eliminación, y enfatizaba que el deseo de poderes y el deseo de la realización del Sí mismo eran mutuamente excluyentes.

> «El Sí mismo es el ser más íntimo y eterno mientras que los *siddhis* [poderes] son advenedizos. Los *siddhis* se adquieren mediante esfuerzo mientras que el Sí mismo no se adquiere. Los poderes son buscados por la mente, la cual debe

mantenerse alerta, mientras que el Sí mismo se realiza cuando se destruye la mente. Los poderes sólo se manifiestan cuando hay ego. El Sí mismo está más allá del ego y se realiza solamente después de que se elimina el ego»[2].

Pregunta: Una vez anteriormente le dije a Sri Bhagavan que tuve una visión de Shiva más o menos en la época de mi conversión al Hinduismo. Una experiencia similar me ha ocurrido de nuevo en Courtallam. Estas visiones son pasajeras pero son muy dichosas. Quiero saber cómo podría hacerse que sean permanentes y continuas. Sin Shiva no hay ninguna vida en lo que veo alrededor de mí. Soy tan feliz al pensar en él. Se lo ruego, dígame cómo su visión puede ser constante para mí.

Respuesta: Usted habla de una visión de Siva. La visión es siempre de un objeto. Eso implica la existencia de un sujeto. El valor de la visión es el mismo que el del veedor. Es decir, la naturaleza de la visión está sobre el mismo plano que la del veedor. La aparición implica la desaparición también. Todo lo que aparece debe desaparecer. Una visión nunca puede ser eterna. Pero Siva es eterno.

La visión implica el veedor. El veedor no puede negar la existencia del Sí mismo. No hay ningún momento en que el Sí mismo como consciencia no exista, ni el veedor tampoco puede permanecer apartado de la consciencia. Esta consciencia es el ser eterno y el único ser. El veedor no puede verse a sí mismo. ¿Niega su existencia debido a que no puede verse a sí mismo con los ojos como en una visión?. No. Así pues, *pratyaksha* [experiencia directa] no significa ver, sino ser.

Ser es realizar. De aquí «Yo soy lo que Yo soy». «Yo soy» es Siva. Nada más puede ser sin él. Todo tiene su ser en Siva y a causa de Siva.

Por lo tanto, indague «¿Quién soy yo?». Sumérjase profundamente dentro y more como el Sí mismo. Eso es Siva como ser. No espere tener visiones repetidas de él. ¿Cuál es la diferencia entre los objetos que usted ve y Siva?. Él es a la vez el sujeto y el objeto. Usted no puede ser sin Siva debido a que

Siva está siempre realizado aquí y ahora. Si piensa que usted no le ha realizado es un error. Esto es un obstáculo para realizar Siva. Abandone ese pensamiento también y la realización está aquí.

Pregunta: Sí. ¿Pero cómo lo efectuaré tan rápidamente como sea posible?.

Respuesta: Este es el obstáculo a la realización. ¿Puede haber individuo sin Siva?. Incluso ahora él es usted. No se trata en absoluto de tiempo. Si hubiera un momento de no-realización, podría surgir la cuestión de la realización. Pero como ello es, usted no puede ser sin él. Él está ya realizado, siempre realizado y nunca no-realizado[3].

Pregunta: Yo quiero obtener *sakshatkara* [la realización directa] de Sri Krishna. ¿Qué debo hacer para obtenerla?.

Respuesta: ¿Cuál es su idea de Sri Krishna y qué entiende usted por *sakshatkara*?.

Pregunta: Me refiero al Sri Krishna que vivió en Brindavan y quiero verle como las *gopis* [sus devotas] le veían.

Respuesta: Mire usted, usted piensa que él es un ser humano o un ser con una forma humana, el hijo de fulano, mientras que él mismo ha dicho, «Yo soy el Corazón de todos los seres, Yo soy el comienzo, el medio y el fin de todas las formas de vida». Él debe estar dentro de usted, pues está dentro de todo. Él es su Sí mismo o el Sí mismo de su Sí mismo. Así pues, si usted ve esta entidad [el Sí mismo] o tiene su *sakshatkara*, usted tendrá la *sakshatkara* de Krishna. La realización directa del Sí mismo y la realización directa de Krishna no pueden ser diferentes. Sin embargo, para seguir su propia vía, sométase completamente a Krishna y déjele a él darle la *sakshatkara* que usted quiere[4].

Pregunta: ¿Es posible hablar a Dios [*Iswara*] como lo hacía Sri Ramakrishna?.

Respuesta: Si nosotros podemos hablarnos unos a otros, ¿por qué no hablar a Dios de la misma manera?.

Pregunta: ¿Por qué en nuestro caso no ocurre entonces?.

Respuesta. Requiere pureza y fuerza de mente y práctica en la meditación.

Pregunta: ¿Deviene Dios evidente si existen las condiciones señaladas?.

Respuesta: Tales manifestaciones son tan reales como su propia realidad (de usted). En otras palabras, cuando usted se identifica con el cuerpo, como en el estado de vigilia, usted ve objetos groseros. Cuando usted está en el cuerpo sutil o en el plano mental como en los sueños, usted ve objetos igualmente sutiles. En la ausencia de identificación en el sueño profundo usted no ve nada. Los objetos vistos tienen una relación con el estado del veedor. Los mismo se aplica a las visiones de Dios.

Por una larga práctica, la figura de Dios, sobre la cual se medita, aparece en sueños y puede aparecer más tarde en el estado de vigilia también[5].

Pregunta: Muchos visitantes me dicen aquí que obtienen visiones o corrientes de pensamiento de usted. Yo he estado aquí durante el último mes y todavía no he tenido la más mínima experiencia de ninguna especie. ¿Se debe a que soy indigno de su gracia?.

Respuesta: Las visiones y las corrientes de pensamiento se tienen en concordancia con el estado de la mente. Depende de los individuos y no de la presencia universal. Además, carecen de toda significación. Lo que importa es la paz de mente[6].

¿Qué es la realización? ¿Es ver a Dios con cuatro manos, llevando una concha, una rueda y una maza?. Inclusive si Dios apareciera en esa forma, ¿cómo se disuelve la ignorancia del discípulo?. La verdad debe ser realización eterna. La percepción directa es experiencia siempre-presente. Dios mismo es conocido cuando es percibido directamente. Ello no significa que aparece ante el devoto en alguna forma particular. A menos que la realización sea eterna no puede servir para ningún propósito útil. ¿Puede la aparición de Dios con cuatro manos ser la realización eterna?. Es fenoménico e ilusorio. Debe haber un veedor. Sólo el veedor es real y eterno.

Pongamos que Dios aparece como la luz de un millón de soles. ¿Es ello *pratyaksha* [experiencia directa]?. Para ver una visión de Dios son necesarios los ojos y la mente. Es

conocimiento indirecto, mientras que el veedor es experiencia directa. Sólo el veedor es *pratyaksha*[7].

Pregunta: Las gentes hablan de *Vaikuntha*, *Kailasa*, *Indraloka*, *Chandraloka* [los cielos Hindúes]. ¿Existen realmente?.

Respuesta: Ciertamente. Usted puede estar tranquilo de que todos ellos existen. Allí también se encontrará sentado sobre una hamaca un swami como yo y también habrá discípulos sentados alrededor de él. Ellos preguntarán algo y él dirá algo como respuesta. Todo será más o menos como esto. ¿Qué hay con todo eso?. Si uno ve el *Chandraloka*, pedirá ver el *Indraloka*, y así sucesivamente, y la mente continúa errando. ¿Dónde está *shanti* [la paz]?. Si uno quiere *shanti*, el único método correcto de lograrla es la indagación de sí mismo. A través de la indagación de sí mismo es posible la realización de Sí mismo. Si se realiza el Sí mismo, uno puede ver todos estos mundos dentro de su Sí mismo. La fuente de todo es el propio Sí mismo de uno, y si uno realiza el Sí mismo, no encontrará nada diferente del Sí mismo. Entonces estas preguntas no surgirán. Puede haber o no un *Vaikuntha* o un *Kailasa* pero es un hecho que usted está aquí, ¿no es así? ¿Cómo está usted aquí? ¿Dónde está usted?. Una vez que usted sepa estas cosas, usted puede pensar en todos esos mundos[8].

Pregunta: ¿Son los poderes [*siddhis*] mencionados en los *sutras* de Patanjali verdaderos o solamente su sueño (de él)?.

Respuesta: El que es *Brahman* o el Sí mismo no valorará esos poderes [*siddhis*]. Patanjali mismo dice que se ejercen todos con la mente y que impiden la realización del Sí mismo.

Pregunta: ¿Qué hay sobre los poderes de los pretendidos superhombres?.

Respuesta: Sean los poderes altos o bajos, sean de la mente o de una supermente, existen solamente con referencia al que tiene el poder. Descubra quién es ése[9].

Pregunta: ¿Han de lograrse los *siddhis* [poderes] en la vía espiritual o son opuestos a *mukti* [liberación]?.

Respuesta: El *siddhi* más alto es la realización del Sí mismo, pues una vez que usted realiza la verdad usted cesa de ser arrastrado por la senda de la ignorancia.

Pregunta: ¿Entonces cuál es la utilidad de los *siddhis*?.

Respuesta: Hay dos tipos de *siddhis* y uno de ellos bien puede ser un grave escollo a la realización. Se dice que por *mantras*, por algunas drogas que poseen virtudes ocultas, por austeridades severas o por *samadhis* de un cierto tipo, pueden adquirirse poderes. Pero estos poderes no son un medio hacia el conocimiento de Sí mismo, pues aunque usted los adquiera, usted puede seguir estando en la ignorancia más completa.

Pregunta: ¿Cuál es el otro tipo?.

Respuesta: Son manifestaciones de poder y conocimiento que son completamente naturales a usted cuando usted realiza el Sí mismo. Son *siddhis* que son los productos del *tapas* [práctica espiritual] natural y normal del hombre que ha alcanzado el Sí mismo. Vienen por sí solos, son el don de Dios. Vienen de acuerdo con el destino de uno, pero bien vengan o no, el *jnani*, que está establecido en la paz suprema, no es perturbado por ellos. Pues él conoce el Sí mismo y ese es el *siddhi* inconmovible. Pero estos *siddhis* no vienen esforzándose por ellos. Cuando usted esté en el estado de realización, usted sabrá lo que estos poderes son[10].

Pregunta: ¿Usa el sabio poderes ocultos para hacer que otros realicen el Sí mismo, o el mero hecho de su realización de Sí mismo es suficiente para ello?.

Respuesta: La fuerza de su realización de Sí mismo es muchísimo más poderosa que el uso de todos los demás poderes juntos[11].

Aunque los *siddhis* se dice que son muchos y diferentes, sólo *jnana* es el más alto de esos múltiples *siddhis* diferentes, debido a que aquellos que han alcanzado otros *siddhis* desearán *jnana*, pero aquellos que han alcanzado *jnana* no desearán otros *siddhis*. Por lo tanto, aspire solamente a *jnana*[12].

Aunque los poderes parezcan ser maravillosos a aquellos que no los poseen, sin embargo son solamente pasajeros. No tiene

ninguna ventaja aspirar a aquello que es pasajero. Todos esos portentos están contenidos en el único Sí mismo inmutable[13].

Mendigar ávidamente poderes ocultos desdeñables a Dios, que se da a Sí mismo de buena gana, que es todo, es como mendigar el desperdicio de unas gachas rancias a un generoso filántropo que está dispuesto a dar todo.

En el Corazón que se enciende con la resplandeciente llama de la devoción suprema, se juntarán todos los poderes ocultos. Sin embargo, con un corazón que ha devenido una presa completa a los pies del Señor, el devoto no tendrá ningún deseo de esos *siddhis*. Sabe que si los aspirantes que se esfuerzan en la vía a la liberación ponen su corazón sobre los poderes ocultos, su densa esclavitud cobrará cada vez más fuerza, y por lo tanto el lastre de su ego crecerá también cada vez más.

Sólo el logro [*siddhi*] del Sí mismo, el cual es la totalidad perfecta, el resplandor de la liberación, es el logro del verdadero conocimiento, mientras que los otros tipos de *siddhis*, comenzando con *anima* [la capacidad de devenir tan pequeño como un átomo] pertenecen a la ilusión del poder de la imaginación de la mente insensata[14].

Las gentes ven muchas cosas que son mucho más milagrosas que los presuntos *siddhis*, sin embargo no meditan en ellas debido simplemente a que ocurren todos los días. Cuando un hombre nace no es más grande que esta bombilla eléctrica, pero después crece y deviene un enorme atleta, o un artista, orador, político o sabio de fama mundial. Las gentes no consideran esto como un milagro pero se quedan atónitos si se hace hablar a un cadáver[15].

Pregunta: Yo he estado interesándome en la metafísica durante veinte años. Pero no he obtenido ninguna experiencia nueva como tantos otros pretenden hacerlo. No tengo poderes de clarividencia, clariaudiencia, etc. Me siento a mí mismo encerrado en este cuerpo y nada más.

Respuesta: Es cierto. La realidad es solamente una y eso es el Sí mismo. Todo lo demás son meros fenómenos en ella, de ella y por ella. El veedor, los objetos y la visión son todos el Sí mismo solamente. ¿Puede alguien ver u oír, dejando al Sí mismo

a un lado? ¿Qué diferencia supone ver u oír a alguien que está muy cerca o a una enorme distancia?. En ambos casos se necesitan los órganos de la vista y del oído y en ambos casos también se requiere la mente. En ninguno de ambos casos se puede prescindir de ellos. En ambos casos hay dependencia. ¿Por qué entonces debe haber algún atractivo en la clarividencia o clariaudiencia?.

Además, todo lo que se adquiere se perderá a su debido tiempo. Jamás puede ser permanente[16].

Pregunta: ¿No es bueno adquirir poderes tales como la telepatía?.

Respuesta: La telepatía o la radio le permite a uno ver y oír desde lejos. Son todos lo mismo, oír y ver. Si uno oye desde cerca o desde lejos no constituye ninguna diferencia para el que oye. El factor fundamental es el que oye, el sujeto. Sin el que oye o el que ve, no puede haber ni oír ni ver. Oír y ver son las funciones de la mente. Los poderes ocultos [*siddhis*] están por lo tanto sólo en la mente. No son naturales al Sí mismo. Aquello que no es natural, sino adquirido, no puede ser permanente, y no merece la pena esforzarse por ello.

Estos *siddhis* denotan poderes extendidos. Un hombre posee poderes limitados y es miserable. Debido a esto desea expandir sus poderes para poder ser feliz. Pero considere usted si ello será así. Si con percepciones limitadas uno es miserable, con percepciones expandidas la miseria debe aumentar proporcionalmente. Los poderes ocultos no traerán felicidad a nadie, al contrario le harán a uno completamente miserable.

Además, ¿para qué son esos poderes?. El presunto ocultista [*siddha*] desea exhibir los poderes [*siddhis*] para que otros le aprecien. Busca el aprecio, y si no vienen no será feliz. Debe haber otros que le aprecien. Incluso puede toparse con otro poseedor de poderes más amplios. Eso provocará sus celos y será un foco de infelicidad.

¿Cuál es el poder real? ¿Es aumentar la prosperidad o realizar la paz?. Aquello que resulta en la paz es la perfección [*siddhi*] más alta[17].

CAPÍTULO 16. PROBLEMAS Y EXPERIENCIAS

Dolor y malestar físico, anarquía mental, fluctuaciones emocionales e interludios ocasionales de paz dichosa son experimentados frecuentemente como productos secundarios de la práctica espiritual. Tales manifestaciones pueden no ser tan dramáticas como las reseñadas en los dos capítulos anteriores pero tienden a ser de gran interés para las gentes que las experimentan. Se interpretan usualmente como logros u obstáculos en la vía hacia el Sí mismo y, dependiendo de cuál interpretación tenga el favor, se hacen grandes esfuerzos para intentar prolongarlos o eliminarlos.

Sri Ramana tendía a rebajar la importancia de la mayor parte de las experiencias espirituales y si se le contaban usualmente hacía hincapié en que era mucho más importante ser consciente del experimentador que dejarse llevar por la experiencia o ponerse a analizarla. A veces se extendía en explicaciones sobre las causas de las experiencias y ocasionalmente las evaluaba como benéficas o en detrimento de la consciencia de Sí mismo, pero en conjunto tendía a la disuasión del interés de ellas.

Estaba más dispuesto cuando los devotos le pedían su consejo sobre problemas que habían encontrado durante la meditación. Escuchaba pacientemente sus quejas, les ofrecía soluciones constructivas a sus problemas y, si sentía que era oportuno, intentaba mostrarles que desde el punto de vista del Sí mismo todos los problemas eran no-existentes.

Pregunta: A veces se tienen vívidos atisbos de una consciencia cuyo centro está fuera del sí mismo normal, y la cual parece ser omni-inclusiva (parece incluirlo todo). Sin meterse en conceptos filosóficos, ¿cómo me aconsejaría trabajar Bhagavan en pos del logro, retención y extensión de esos raros

atisbos? ¿Implica el retiro la *abhyasa* [práctica espiritual] necesaria para tales experiencias?.

Respuesta: Usted dice «fuera»: ¿para quién hay un adentro o un afuera?. Estos pueden existir solamente mientras hay un sujeto y un objeto. ¿Para quién hay un sujeto y un objeto?. Al investigar usted descubrirá que ambos se resuelven dentro del sujeto solamente. Vea quién es el sujeto y esta indagación le conducirá a la pura consciencia más allá del sujeto.

Usted dice «sí mismo normal»: el sí mismo normal es la mente. La mente es con limitaciones. Pero la pura consciencia está más allá de las limitaciones, y se alcanza por la investigación dentro del «yo».

Usted dice «en pos de logro»: el Sí mismo está siempre aquí. Usted sólo tiene que quitar el velo que obstruye la revelación del Sí mismo.

Usted dice «retención»: una vez que usted realiza el Sí mismo, ello deviene su experiencia directa e inmediata. Jamás se pierde.

Usted dice «extensión»: no hay ninguna extensión del Sí mismo, pues es lo que siempre es, sin contracción ni expansión.

Usted dice «retiro»: morar en el Sí mismo es soledad, debido a que no hay nada ajeno al Sí mismo. El retiro debe ser desde un lugar o estado a otro. No hay ni uno ni otro aparte del Sí mismo. Siendo todo el Sí mismo, el retiro es imposible e inconcebible.

Usted dice «*abhyasa*»: *abhyasa* es solamente la prevención de la perturbación de la paz inherente. Usted está siempre en su estado natural tanto si usted hace *abhyasa* como si no. Permanecer lo que usted es, sin cuestión o duda, es su estado natural[1].

Pregunta: Hay veces en que las personas y las cosas toman una forma vaga, casi transparente, como en un sueño. Uno cesa de observarlas desde fuera, pero uno es pasivamente consciente de su existencia, mientras no es activamente consciente de ningún tipo de ego-idad (o sí mismidad). Hay una profunda quietud en la mente. ¿Está la mente dispuesta en tales ocasiones para profundizar dentro del Sí mismo? ¿O esta

condición es insana, el resultado del auto-hipnotismo? ¿Debe ser recomendada como un medio de lograr la paz pasajera?.

Respuesta: Hay consciencia junto con quietud en la mente. Este es exactamente el estado que hay que buscar. El hecho de que la pregunta se haya formulado sobre este punto, sin darse cuenta de que es el Sí mismo, muestra que el estado no es constante sino causal.

La palabra «profundizar» es apropiada solamente si uno tiene que volver la mente hacia adentro a fin de evitar ser distraído por las tendencias extravertidas de la mente. En tales ocasiones uno tiene que profundizar debajo de la superficie de estos fenómenos externos. Pero cuando la quietud profunda prevalece sin obstruir la consciencia, ¿dónde está la necesidad de profundizar?[2].

Pregunta: Cuando medito siento una cierta felicidad a veces. En tales ocasiones, ¿debo preguntarme a mí mismo «Quién es quien experimenta esta felicidad»?.

Respuesta: Si es la felicidad real del Sí mismo lo que se experimenta, es decir, si la mente se ha sumergido realmente en el Sí mismo, una tal duda no surgirá en absoluto. La pregunta misma muestra que no se ha alcanzado la felicidad real.

Todas las dudas cesan solamente cuando se encuentra el dudador y su fuente. Es inútil quitar las dudas una por una. Si aclaramos una duda, surgirá otra y no habrá ningún fin para las dudas. Pero si, buscando la fuente del dudador se encuentra eso que es en realidad no-existente, entonces todas las dudas cesarán.

Pregunta: A veces oigo sonidos internos. ¿Qué debo hacer cuando tales cosas acontecen?.

Respuesta: Acontezca lo que acontezca, mantenga la indagación dentro de sí mismo, preguntando «¿Quién oye estos sonidos?» hasta que alcance la realidad[3].

Pregunta: A veces, mientras estoy en meditación, me siento lleno de dicha y las lágrimas llenan mis ojos. En otras ocasiones no hay nada de esto. ¿A qué se debe esto?.

Respuesta: La dicha es una cosa que está siempre aquí y no es algo que viene y va. Todo lo que viene y va es una creación de la mente y usted no debe inquietarse por ello.

Pregunta: La dicha causa una emoción en el cuerpo, pero cuando desaparece me siento abatido y deseo tener la experiencia de nuevo. ¿Por qué?.

Respuesta: Usted admite que usted estaba aquí tanto cuando se experimentaba la sensación dichosa como cuando no se experimentaba. Si usted realiza ese «usted» (presente en ambos casos) adecuadamente, esas experiencias no contarán para nada.

Pregunta: Para darse cuenta de esa dicha, debe haber algo que se da cuenta de ella, ¿no es así?.

Respuesta: Debe haber una dualidad si usted tiene que darse cuenta de alguna otra cosa, pero lo que es, es solamente el Sí mismo único, no una dualidad. De aquí que, ¿quién va a darse cuenta de quién? ¿Y cuál es la cosa de la que hay que darse cuenta?[4].

Pregunta: Cuando alcanzo el estado sin pensamiento en mi *saddhana* gozo de cierto placer, pero a veces también experimento un vago temor que no puedo describir adecuadamente.

Respuesta: Usted puede experimentar cualquier cosa, pero usted no debe nunca quedarse contento con eso. Sienta usted placer o temor, pregúntese a usted mismo quién siente el placer o el temor y continúe así la *sadhana* hasta que tanto el placer como el dolor sean transcendidos, hasta que cese toda dualidad y hasta que sólo la realidad permanezca.

No hay nada malo en que acontezcan o se experimenten tales cosas, pero usted nunca debe detenerse en eso. Por ejemplo, usted nunca debe contentarse con el placer de *laya* [suspensión pasajera de la mente] experimentado cuando se aquieta el pensamiento, usted debe seguir presionando hasta que cese toda dualidad[5].

Pregunta: ¿Cómo se deshace uno del temor?.

Respuesta: ¿Qué es el temor (o el miedo)?. Es solamente un pensamiento. Si hubiera algo aparte del Sí mismo entonces

habría razón para temer. ¿Quién ve las cosas separadas del Sí mismo?. Primeramente surge el ego y ve los objetos como externos. Si el ego no surge, sólo existe el Sí mismo y no hay nada externo. Por cuanto toda cosa externa a uno mismo implica la existencia del veedor dentro, buscarlo adentro eliminará la duda y el temor. No solamente el temor, todos los demás pensamientos centrados alrededor del ego desaparecerán junto con él[6].

Pregunta: ¿Cómo puede vencerse el terrible temor de la muerte?.

Respuesta: ¿Cuándo le atrapa a usted ese temor? ¿Viene cuando usted no ve su cuerpo, digamos, en el sueño sin sueños?. Le llena de ansiedad a usted solamente cuando está plenamente «despierto» y percibiendo el mundo, incluyendo su cuerpo. Si usted no ve éstos y permanece su puro Sí mismo, como en el sueño sin sueños, ningún temor puede tocarle a usted.

Si usted sigue el rastro de este temor hasta el objeto, cuya pérdida lo hace surgir, usted encontrará que ese objeto no es el cuerpo, sino la mente que funciona en él. Más de un hombre estaría encantado de deshacerse de su cuerpo enfermo y de todos los problemas e inconvenientes que le crea si se le garantizara la continuidad de la presencia consciencial. Es la presencia consciencial, la consciencia, y no el cuerpo, lo que teme perder. Los hombres aman la existencia debido a que es presencia consciencial eterna, lo cual es su propio Sí mismo. ¿Por qué no aferrarse entonces a la pura presencia consciencial justamente ahora, mientras se está en el cuerpo, y librarse de todo temor?.

Pregunta: Cuando intento ser sin pensamientos, me duermo. ¿Qué debo hacer al respecto?.

Respuesta: Una vez que usted se duerme, usted no puede hacer nada en ese estado. Pero mientras usted está despierto, intente mantener apartados todos los pensamientos. ¿Por qué pensar en el sueño?. Inclusive eso es un pensamiento, ¿no es así?. Si usted es capaz de ser sin ningún pensamiento mientras está despierto, eso es suficiente. Cuando usted se duerme, el estado en el cual usted estaba antes de dormirse continuará

cuando usted se despierte. Usted continuará desde donde usted lo dejó cuando cayó en el sopor. Mientras hay pensamientos de actividad también habrá sueño. El pensamiento y el sueño son contrapartidas de una y la misma cosa.

Nosotros no debemos dormir demasiado ni prescindir del sueño enteramente, sino dormir sólo moderadamente. Para impedir dormir demasiado, debemos intentar no tener ningún pensamiento o *chalana* [movimiento de la mente], debemos comer solamente alimento *sáttvico* y eso solamente en medida moderada, y no entregarse a demasiada actividad física. Cuanto más controlamos el pensamiento, la actividad y el alimento, tanto más capaces seremos de controlar el sueño. Pero la moderación debe ser la regla, como se explica en la *Gita*, para el buscador en la vía. El sueño es el primer obstáculo, como se explica en los libros, para todos los *sadhakas*. El segundo obstáculo se dice que es *vikshepa* o los objetos sensoriales del mundo, los cuales entretienen la atención de uno. El tercero se dice que es *kashaya* o los pensamientos en la mente sobre las experiencias anteriores con los objetos sensoriales. El cuarto, *ananda* [felicidad], es llamado también un obstáculo, debido a que en ese estado está presente una sensación de separación de la fuente de *ananda*, la cual permite decir al disfrutador «yo estoy saboreando *ananda*». Inclusive esto tiene que ser rebasado. Ha de alcanzarse la etapa final del *samadhi* en la cual uno mismo deviene *ananda* o uno con la realidad. En este caso la dualidad del disfrutador y el disfrute cesa en el océano de *sat-chit-ananda* o el Sí mismo[8].

Pregunta: Así pues, ¿uno no debe intentar perpetuar los estados dichosos o extáticos?.

Respuesta: El obstáculo final en la meditación es el éxtasis; usted siente gran dicha y felicidad y quiere permanecer en ese éxtasis. No se entregue a él, pase a la siguiente etapa, la cual es la gran calma. La calma es más elevada que el éxtasis y se sumerge en el *samadhi*. El *samadhi* logrado hace que sobrevenga un estado de sueño en vigilia. En ese estado usted sabe que usted es siempre la consciencia, pues la consciencia es su naturaleza. En realidad, uno está siempre en *samadhi* pero

no lo sabe. Para saberlo todo lo que uno tiene que hacer es quitar los obstáculos[9].

Pregunta: He estado haciendo *sadhana* durante casi veinte años y no puedo ver ningún progreso. ¿Qué debo hacer?. Desde alrededor de las cinco de la mañana me concentro sobre el pensamiento de que sólo el Sí mismo es real y todo lo demás irreal. Aunque he estado haciendo esto durante alrededor de veinte años no puedo concentrarme más de dos o tres minutos sin que mis pensamientos se pongan a errar.

Respuesta: No hay ninguna otra vía para realizar que tirar de la mente hacia atrás cada vez que se vuelve hacia afuera y fijarla en el Sí mismo. No hay ninguna necesidad de meditación ni de *mantra* ni de *japa* ni de nada parecido, debido a que éstos son nuestra naturaleza real. Todo lo que se necesita es abandonar el pensamiento de los objetos que no sean el Sí mismo. La meditación no es tanto pensar en el Sí mismo como abandonar el pensamiento del no-Sí mismo. Cuando usted abandona el pensamiento de los objetos exteriores e impide que su mente vaya hacia afuera volviéndola hacia adentro y fijándola en el Sí mismo, sólo el Sí mismo permanece.

Pregunta: ¿Qué debo hacer para vencer el empuje de estos pensamientos y deseos?. ¿Cómo debo regular mi vida a fin de obtener el control sobre mis pensamientos?.

Respuesta: Cuanto más se fije usted en el Sí mismo tanto más se esfumarán por sí solos los demás pensamientos. La mente no es nada más que un paquete de pensamientos, y el pensamiento-«yo» es la raíz de todos ellos. Cuando usted ve quién es este «yo» y descubre de dónde viene, todos los demás pensamientos se sumergen en el Sí mismo.

La regulación de la vida, tal como levantarse a una hora fijada, bañarse, hacer el *mantra*, el *japa*, observar el ritual, todo esto es para las gentes que no se sienten atraídos hacia la indagación de sí mismo o que no son capaces de ella. Pero para aquellos que pueden practicar este método todas las reglas y disciplinas son innecesarias[11].

Pregunta: ¿Por qué no puede la mente volverse hacia adentro a pesar de los repetidos intentos?.

Respuesta: Se hace por la práctica y por la no-pasión y se logra sólo gradualmente. La mente, habiendo sido durante tanto tiempo una vaca acostumbrada a pacer furtivamente en las haciendas de los demás, no se confina fácilmente a su establo. Por mucho que su guarda la tiente con sabrosa hierba y fino forraje, ella se niega la primera vez. Entonces toma un bocado, pero su tendencia innata a extraviarse se afirma y entonces se escabulle. Al ser repetidamente tentada por el propietario, se acostumbra al establo hasta que finalmente, inclusive si se la deja suelta, ya no se va. Similarmente con la mente. Si encuentra una vez su felicidad interior ya no andará errante en el exterior.

Pregunta: ¿No hay modulaciones en la contemplación según las circunstancias?.

Respuesta: Sí. Las hay. A veces hay iluminación y entonces la contemplación es fácil. En otras ocasiones la contemplación es imposible aún cuando se hagan repetidas intentonas. Esto se debe a la operación de los tres *gunas* [*sattva*, *rajas* y *tamas*].

Pregunta: ¿Es influenciada por las actividades y circunstancias de uno?.

Respuesta: Estas no pueden influenciarla. Es el sentido de ser el autor —*kartritva buddhi*— el que forma el impedimento[12].

Pregunta: Mi mente permanece clara durante dos o tres días y se torna obtusa durante los dos o tres días siguientes; y así alterna. ¿A qué se debe?.

Respuesta: Es completamente natural. Es el juego alternante de la pureza [*sattva*], la actividad [*rajas*] y la inercia [*tamas*]. No se lamente por *tamas*, pero cuando *sattva* entre en juego, aférrese a él y aprovéchelo bien a fondo.

Pregunta: Un hombre encuentra a veces que el cuerpo físico no le permite la meditación constante. ¿Debe practicar el *yoga* a fin de entrenar el cuerpo para tal propósito?.

Respuesta: Ocurrirá de acuerdo con los *samkaras* [predisposiciones] de cada uno. Un hombre practicará el *hatha yoga* para curar sus enfermedades corporales, otro hombre confiará a Dios su cura, un tercer hombre usará el poder de su voluntad para ello y un cuarto hombre puede ser totalmente

indiferente a ellas. Pero todos ellos persistirán en la meditación. La gesta del Sí mismo es el factor esencial y todo lo demás son meros accesorios[14].

Pregunta: Mis intentos de concentración son frustrados por repentinas palpitaciones del corazón acompañadas por respiraciones duras, cortas y rápidas. Entonces mis pensamientos también se precipitan y la mente deviene incontrolable. Bajo condiciones saludables tengo más éxito y mi respiración llega a un alto con una profunda concentración. Desde hace mucho tiempo yo había estado ansioso de obtener el beneficio de la proximidad de Sri Bhagavan para el logro de la culminación de mi meditación y así vine aquí después de un considerable esfuerzo. Aquí caí enfermo. No podía meditar de modo que me sentí deprimido. Hice un determinado esfuerzo para concentrar mi mente aunque era perturbado por las respiraciones cortas y rápidas. Aunque en parte lo logré no me satisfacía. El tiempo de que deje este lugar se está acercando. Cada vez me siento más deprimido cuando pienso que tengo que irme. Aquí encuentro gentes que obtienen la paz por la meditación en la sala mientras que a mí no se me bendice con tal paz. Esto mismo tiene un efecto depresivo sobre mí.

Respuesta: Este pensamiento, «yo no soy capaz de concentrarme», es, él mismo, un obstáculo. ¿Por qué debe surgir el pensamiento?.

Pregunta: ¿Puede uno permanecer sin que surjan pensamientos durante las veinticuatro horas del día? ¿Debo permanecer sin meditación?.

Respuesta: ¿Qué es «horas» nuevamente?. Es un concepto. Cada pregunta suya está inspirada por un pensamiento.

Siempre que surja un pensamiento, no se deje extraviar por él. Usted deviene consciente del cuerpo cuando olvida el Sí mismo. ¿Pero puede usted olvidar el Sí mismo?. Siendo el Sí mismo, ¿cómo puede usted olvidarlo?. Debe haber dos sí mismos para que uno olvide al otro. Es absurdo. Así pues, el Sí mismo no está deprimido, ni es imperfecto. Es siempre feliz. El sentimiento contrario es un mero pensamiento que no tiene en realidad ninguna consistencia en él. Deshágase de los

pensamientos. ¿Por qué debe uno intentar la meditación?. Siendo el Sí mismo uno permanece siempre realizado. Solamente sea, libre de pensamientos.

Usted piensa que su salud no le permite a usted meditar. Esta depresión debe ser rastreada hasta su origen. El origen es la identificación errónea del cuerpo con el Sí mismo. La enfermedad no es del Sí mismo, es del cuerpo. Pero el cuerpo no viene y le dice a usted que está poseído por la enfermedad. Es usted quien lo dice. ¿Por qué?. Debido a que usted se ha identificado erróneamente con el cuerpo. El cuerpo mismo es un pensamiento. Sea lo que usted es realmente. No hay ninguna razón para estar deprimido[15].

Pregunta: Suponga que hay alguna perturbación durante la meditación, tal como la picadura de un mosquito. ¿Debe uno persistir en la meditación e intentar soportar las picaduras e ignorar la interrupción, o debe echar a los mosquitos y después continuar la meditación?.

Respuesta: Usted debe hacer lo que encuentre más conveniente. Usted no alcanzará *mukti* (la liberación) simplemente porque los eche fuera. La cosa es alcanzar hondura y después alcanzar *mano-nasa* [la destrucción de la mente]. Si usted hace eso soportando las picaduras de los mosquitos o echando a los mosquitos fuera eso es asunto suyo. Su usted está completamente absorbido en su meditación no sabrá que los mosquitos le están picando. Hasta que usted alcance esa etapa, ¿por qué no va usted a echarlos fuera?[16].

Pregunta: Las gentes que practican la meditación se dice que contraen nuevas enfermedades; sea como fuere, yo siento dolor en la espalda y por delante del pecho. Esto se dice que es una prueba de Dios. ¿Quiere Bhagavan explicar esto y decir si es verdadero?.

Respuesta: No hay ningún Bhagavan fuera de usted y por lo tanto no hay ninguna prueba instituida. Lo que usted cree que es una prueba o una nueva enfermedad resultante de las prácticas espirituales es en realidad la tensión que está operando ahora sobre sus nervios y los cinco sentidos. La mente que antes operaba a través de los *nadis* [nervios] hacia los

objetos sensoriales externos, manteniendo una lazo entre ella misma y los órganos de percepción, ahora se requiere que se retire del lazo, y esta acción de retirada causa naturalmente una tensión, un disloque o una ruptura acompañada de dolor. Algunas gentes llaman a esto una enfermedad y otros lo llaman una prueba de Dios. Todos estos dolores partirán si usted continúa su meditación, dedicando su pensamiento solamente a comprender su Sí mismo o a la realización de Sí mismo. No hay ningún remedio más grande que este continuo yoga o unión con Dios o el *atman*. El dolor es inevitable como resultado de la supresión de los *vasanas* [tendencias mentales] que usted ha tenido durante tanto tiempo[7].

Pregunta: ¿Cuál es la mejor manera de tratar los deseos y *vasanas* con miras a deshacerse de ellos —satisfacerlos o suprimirlos?.

Respuesta: Si un deseo puede ser desechado satisfaciéndolo, no habrá ningún daño en satisfacer tal deseo. Pero los deseos generalmente no se erradican con la satisfacción. Intentar desraizarlos de esta manera es como intentar apagar un fuego derramando sobre él líquido inflamable. Al mismo tiempo, el remedio adecuado no es la supresión forzosa, puesto que tal represión está obligada a reaccionar más pronto o más tarde con una pujante emergencia de los deseos con indeseables consecuencias. La manera adecuada de deshacerse de un deseo es descubrir «¿Quién tiene el deseo? ¿Cuál es su fuente?». Cuando ésta se encuentra, el deseo es desraizado y jamás emergerá o crecerá de nuevo. Los deseos pequeños tales como el deseo de comer, beber, dormir y aliviar los requerimientos de la naturaleza, aunque pueden clasificarse también entre los deseos, usted puede satisfacerlos sin daño. Ellos no implantarán *vasanas* en su mente, que necesiten de otro nacimiento. Esas actividades son necesarias para continuar viviendo y no desarrollarán ni dejarán detrás *vasanas* o tendencias mentales. Como regla general, por lo tanto, no hay ningún mal en satisfacer un deseo donde la satisfacción no conduzca a otros deseos que creen *vasanas* en la mente[18].

Pregunta: ¿Hay signos en la práctica de la meditación, dentro del reino de la experiencia subjetiva, que indiquen el progreso del aspirante hacia la realización de Sí mismo?.

Respuesta: El grado de liberación de los pensamientos indeseables y el grado de concentración sobre un único pensamiento son las medidas para evaluar el progreso[19].

SEXTA PARTE

TEORÍA

Toda discusión metafísica carece de utilidad a menos que nos haga buscar dentro del Sí mismo la verdadera realidad.

Todas las controversias sobre la creación, la naturaleza del universo, la evolución, el propósito de Dios, etc., son inútiles. No nos conducen a nuestra verdadera felicidad. Las gentes intentan hacer descubrimientos sobre las cosas que están fuera de ellos antes de intentar descubrir «¿Quién soy yo?». Solamente por este último medio puede ganarse la felicidad[1].

CAPÍTULO 17. LAS TEORÍAS DE LA CREACIÓN Y LA REALIDAD DEL MUNDO

Sri Ramana tenía poco o ningún interés en el lado teórico de la espiritualidad. Su principal dedicación estaba en llevar a las gentes a una consciencia del Sí mismo y, para lograr este fin, siempre insistía en que la práctica era más importante que la especulación. Disuadía de hacer preguntas de una naturaleza teórica bien permaneciendo silente cuando eran formuladas o bien pidiendo al preguntador que encontrara la fuente del «yo» que está haciendo la pregunta. Ocasionalmente cedía y daba detalladas exposiciones sobre diferentes aspectos de la filosofía, pero si sus interlocutores persistían demasiado en sus preguntas, o si la conversación se escoraba hacia el intelectualismo estéril, cambiaba el tema y dirigía la atención de sus interlocutores hacia materias más prácticas.

Muchas de estas conversaciones filosóficas se centraban alrededor de la naturaleza y origen del mundo físico puesto que era conocido que Sri Ramana tenía puntos de vista que eran totalmente contrapuestos a los puntos de vista sobre el mundo mantenidos por el sentido común. En cuanto a la mayor parte de los demás tópicos disponía sus afirmaciones para conformarlas a los diferentes niveles de comprensión que encontraba en sus interlocutores, pero inclusive así, casi todas sus ideas eran refutaciones radicales de los conceptos de realidad física que la mayor parte de las gentes aprecian.

Sri Ramana adoptaba tres puntos de vista diferentes cuando hablaba sobre la naturaleza del mundo físico. Abogó por todos ellos en diferentes ocasiones pero es evidente, por sus comentarios generales sobre el tema, que él sólo consideraba verdaderas o útiles las dos primeras categorías dadas abajo.

1. *Ajata vada* (la teoría de la no-causalidad). Esta es una antigua doctrina Hindú que afirma que la creación del mundo jamás ha acontecido en absoluto. Es una completa negación de toda causalidad en el mundo físico. Sri Ramana suscribía este punto de vista diciendo que es la experiencia del *jnani* que nada entra jamás en la existencia ni cesa de ser nunca, debido a que sólo el Sí mismo existe como la única realidad inmutable. Es un corolario de esta teoría que el tiempo, el espacio, la causa y el efecto, los cuales son componentes esenciales en todas las teorías de la creación, existen solamente en las mentes de los *ajnanis* y que la experiencia del Sí mismo revela su no-existencia.

Esta teoría no es una negación de la realidad del mundo, solamente del proceso creativo que lo ha traído a la existencia. Hablando desde su propia experiencia Sri Ramana decía que el *jnani* es consciente de que el mundo es real, no como un conjunto de materia y energía interactivas, sino como una apariencia incausada en el Sí mismo. Ampliaba esto diciendo que debido a que la naturaleza real o *substratum* de esta apariencia es idéntica a la eseidad del Sí mismo, participa necesariamente de su realidad. Es decir, el mundo no es real para el *jnani* simplemente porque aparece, sino solamente porque la naturaleza real de la apariencia es inseparable del Sí mismo.

El *ajnani*, por otra parte, es totalmente inconsciente de la naturaleza y fuente unitaria del mundo y, como consecuencia de ello, su mente construye un mundo ilusorio de objetos interactivos separados, malinterpretando persistentemente las impresiones sensoriales que recibe. Sri Ramana señalaba que esta visión del mundo no tiene más realidad que un sueño puesto que sobreimpone una creación de la mente sobre la realidad del Sí mismo. Resumía la diferencia entre el punto de vista del *jnani* y del *ajnani* diciendo que el mundo es irreal si es percibido con la mente como una colección de objetos separados y real cuando se experimenta directamente como una apariencia en el Sí mismo.

2. *Dristhi-srishti vada*. Si sus interlocutores encontraban la idea de *ajata* o no-causalidad imposible de asimilar, les enseñaba que el mundo viene a la existencia simultáneamente con la aparición del pensamiento «yo» y que cesa de existir cuando el pensamiento «yo» está ausente. Esta teoría es conocida como *drishti-srishti*, o creación simultánea, y dice, en efecto, que el mundo que aparece a un *ajnani* es un producto de la mente que lo percibe, y que en la ausencia de esa mente cesa de existir. La teoría es verdadera en tanto que la mente crea un mundo imaginario para sí misma, pero desde el punto de vista del Sí mismo, un «yo» imaginario creando un mundo imaginario no es ninguna creación en absoluto, y así la doctrina de *ajata* (no-causalidad) no es subvertida. Aunque Sri Ramana decía a veces que *drishti-srishti* no era la verdad última sobre la creación, alentaba a sus seguidores a aceptarla como una hipótesis de trabajo. Justificaba este planteamiento diciendo que si uno puede considerar consistentemente el mundo como una creación irreal de la mente entonces el mundo pierde su atracción y deviene más fácil mantener una consciencia sin distracción del pensamiento «yo».

3. *Srishti-drishti vada* (creación gradual). Este es el punto de vista del sentido común, el cual sostiene que el mundo es una realidad objetiva gobernada por leyes de causa y efecto que pueden ser rastreadas hasta un acto de creación único. Incluye virtualmente todas las ideas occidentales sobre el tema desde la teoría del «big bang» hasta el relato bíblico del Génesis. Sri Ramana invocaba solamente teorías de esta naturaleza cuando estaba hablando a interlocutores que no querían aceptar las implicaciones de las doctrinas del *ajata* y de la *drishti-srishti*. Inclusive entonces, usualmente señalaba que tales teorías no debían tomarse demasiado en serio pues se promulgaban solamente para satisfacer la curiosidad intelectual.

Literalmente, *drishti-srishti* significa que el mundo sólo existe cuando es percibido mientras que *srishti drishti* significa que el mundo existía anteriormente a su percepción por alguien. Aunque la primera teoría suena perversa, Sri Ramana insistía en

que los buscadores serios deben estar satisfechos con ella, en parte debido a que es una estrecha aproximación a la verdad y en parte debido a que es la actitud más beneficiosa que se puede adoptar si uno está seriamente interesado en realizar el Sí mismo.

Pregunta: ¿Cómo ha surgido *srishti* [la creación]?. Algunos dicen que está predestinada. Otros dicen que es la *lila* [el juego] del Señor. ¿Cuál es la verdad?.

Respuesta: En los libros se dan varias versiones. ¿Pero hay creación?. Solamente si hay creación tenemos que explicar cómo surgió. Nosotros podemos no saber todas estas teorías pero sabemos ciertamente que nosotros existimos. ¿Por qué no conocemos el «Yo» y vemos entonces si hay una creación?[1].

Pregunta: En el *Vedanta* de Sri Sankaracharya se ha aceptado el principio de la creación para beneficio de los principiantes, pero al avanzado se le introduce al principio de no-creación. ¿Cuál es su punto de vista sobre este asunto?.

Respuesta: «No hay ninguna disolución ni creación, nadie en esclavitud, ni nadie haciendo prácticas espirituales. No hay nadie deseando la liberación ni nadie liberado. Esta es la verdad absoluta». Este *sloka* aparece en el segundo capítulo de los *Karika* de Gaudapada. El que está establecido en el Sí mismo ve esto por su conocimiento de la realidad[2].

Pregunta: ¿No es el Sí mismo la causa de este mundo que vemos a nuestro alrededor?.

Respuesta: El Sí mismo mismo aparece como el mundo de los diversos nombres y formas. Sin embargo, el Sí mismo no actúa como la causa eficiente [*nimitta karana*] que lo crea, lo sostiene y lo destruye. No pregunte «¿Por qué, no sabiendo la verdad de que él mismo aparece como el mundo, surge la confusión del Sí mismo?». Si en lugar de ello usted indaga «¿A quién le ocurre esta confusión?», se descubrirá que ninguna tal confusión ha existido nunca para el Sí mismo[3].

Pregunta: Usted parece ser un exponente de la doctrina *ajata* del *vedanta advaita*.

Respuesta: Yo no enseño solamente la doctrina *ajata*. Apruebo todas las escuelas. La misma verdad tiene que ser expresada de diferentes maneras para adaptarse a la capacidad del que escucha. La doctrina *ajata* dice, «Nada existe excepto la única realidad. No hay nacimiento ni muerte, ni proyección ni reabsorción, ni buscador, ni esclavitud, ni liberación. Sólo existe la única realidad». A aquel que encuentra difícil captar esta verdad y que pregunta, «¿Cómo podemos ignorar este mundo sólido que todos vemos a nuestro alrededor?», se le indica la experiencia del sueño y se le dice, «Todo lo que usted ve depende del veedor. En ausencia del veedor, no hay nada visto». Esto se llama la doctrina *drishti-srishti vada* o el argumento de que primero uno crea desde su mente y después ve lo que su propia mente ha creado. Algunas gentes no pueden captar siquiera esto y continúan argumentando en los siguientes términos: «La experiencia del sueño es muy breve, mientras que el mundo existe siempre. La experiencia del sueño se limitaba a mí. Pero el mundo es sentido y visto no solamente por mí, sino por muchos otros. Nosotros no podemos llamar a un tal mundo no-existente». Cuando las gentes argumentan de esta manera puede dárseles una teoría *srishti-drishti*, por ejemplo, «Dios creó primero tal y tal cosa, de tal y cual elemento, y después se creó alguna otra cosa, y así sucesivamente». Solamente eso satisfará a esta clase de gentes. De otro modo sus mentes no se sienten satisfechas y se preguntan a sí mismos, «¿Cómo pueden toda la geografía, todos los mapas, todas las ciencias, las estrellas, los planetas y las leyes que los gobiernan o que se refieren a ellos y todo el conocimiento ser totalmente falsos?». A tales gentes es mejor decirles: «Sí, Dios ha creado todo esto, y de esta manera usted lo ve».

Pregunta: Pero no todas estas doctrinas pueden ser verdaderas. Solamente una única doctrina puede ser verdadera.

Respuesta: Todas estas doctrinas son solamente para adaptarse a la capacidad del buscador. Lo absoluto sólo puede ser uno[4].

El *vedanta* dice que el cosmos deviene visible simultáneamente con el que lo ve y que no hay ningún proceso

de creación detallada. Esto se llama *yugapat-srishti* [creación instantánea]. Es completamente similar a las creaciones en el sueño donde el experimentador surge simultáneamente con los objetos de la experiencia. Cuando se dice esto, algunas gentes no se sienten satisfechas pues están profundamente arraigados en el conocimiento objetivo. Buscan descubrir cómo puede haber una creación repentina. Argumentan que un efecto debe ser precedido por una causa. Brevemente, desean una explicación para la existencia del mundo que ven a su alrededor. Entonces las *srutis* [escrituras] intentan satisfacer su curiosidad con las teorías de la creación. Este método de tratar el tema de la creación se llama *krama-srishti* [creación gradual]. Pero el verdadero buscador puede contentarse con *yugapat-srishti*, la creación instantánea[5].

Pregunta: ¿Cuál es el propósito de la creación?.

Respuesta: Es suscitar esta pregunta. Indague la respuesta a esta pregunta, y finalmente more en lo supremo o más bien en la fuente primal de todo, el Sí mismo. La indagación se resolverá por sí sola en una gesta del Sí mismo y cesará solamente después de que se disuelva el no-Sí mismo y de que se realice el Sí mismo en su pureza y gloria[6].

Puede haber cualquier número de teorías de la creación. Todas ellas se extienden hacia afuera. No habrá ningún límite a ellas debido a que el tiempo y el espacio son ilimitados. Sin embargo, están solamente en la mente. Si usted ve la mente, el tiempo y el espacio son transcendidos y se realiza el Sí mismo.

La creación puede explicarse tanto científicamente como lógicamente para propia satisfacción de uno. ¿Pero hay alguna finalidad en ello?. Tales explicaciones son llamadas *krama-srishti* [creación gradual]. Por otra parte, *drishti-srishti* [creación simultánea] es *yugapat-srishti*. Sin el veedor no hay ningún objeto visto. Encuentre al creador y la creación está comprendida en él. ¿Por qué mirar afuera y seguir explicando los fenómenos que no tienen fin?[7].

Pregunta: Los *Vedas* contienen relatos cosmogónicos contradictorios. En un lugar se dice que el éter es la primera creación; en otro lugar lo es el soplo vital [*prana*]; en otro lo es

alguna otra cosa; el agua lo es en otro, y así sucesivamente. ¿Cómo ha de reconciliarse todo esto? ¿No perjudica esto la credibilidad de los *Vedas*?.

Respuesta: Diferentes veedores vieron diferentes aspectos de la verdad en diferentes tiempos, enfatizando cada uno de ellos un único punto de vista. ¿Por qué se preocupa usted por sus afirmaciones contradictorias?. La meta esencial de los *Vedas* es enseñarnos la naturaleza del imperecedero *atman* y mostrarnos que nosotros somos eso.

Pregunta: Yo estoy satisfecho con esa porción.

Respuesta: Entonces trate todo lo demás como *artha vada* [argumentos auxiliares] o exposiciones dirigidas al ignorante que busca rastrear la génesis de las cosas[8].

Pregunta: Yo formo parte de la creación y así permanezco dependiente. No puedo resolver el enigma de la creación hasta que yo devenga independiente. Sin embargo, pregunto a Sri Bhagavan, ¿no debe él dar respuesta a la cuestión por mí?.

Respuesta: Sí. Es Bhagavan quien dice, «Devenga independiente y resuelva el enigma usted mismo. Es incumbencia suya hacerlo». De manera que, ¿dónde está usted ahora para que usted haga esta pregunta? ¿Está usted en el mundo, o está el mundo dentro de usted?. Usted debe admitir que el mundo no es percibido en su sueño profundo aunque usted no puede negar su existencia entonces. El mundo aparece cuando usted se despierta. Así pues, ¿Dónde está?. Claramente el mundo es su pensamiento. Los pensamientos son sus proyecciones. El «yo» se crea primero y después el mundo. El mundo es creado por el «yo» que a su vez surge del Sí mismo. El enigma de la creación del mundo se resuelve si usted resuelve la creación del «yo». De modo que yo digo, encuentre su Sí mismo.

Nuevamente, viene el mundo y le pregunta a usted «¿Por qué existo “yo”? ¿Cómo fui creado “yo”?». Es usted quien hace la pregunta. El preguntador debe establecer la relación entre el mundo y él mismo. Debe admitir que el mundo es su propia imaginación. ¿Quién lo imagina?. Que encuentre primero el «yo» y después el Sí mismo. Además, todas las explicaciones

científicas y teológicas no armonizan. Las divergencias en tales teorías muestran claramente la inutilidad de buscar tales explicaciones. Tales explicaciones son puramente mentales o intelectuales y nada más. Sin embargo, todas ellas son verdaderas acordemente al punto de vista del individuo. No hay ninguna creación en el estado de realización. Cuando uno ve el mundo, uno no se ve a sí mismo. Cuando uno ve el Sí mismo, el mundo no se ve. Así pues, vea el Sí mismo y dese usted cuenta (realice) de que nunca ha habido ninguna creación[9].

Pregunta: «*Brahman* es real. El mundo [*jagat*] es ilusión». Es el estribillo de Sri Sankaracharya. Sin embargo otros dicen, «El mundo es realidad». ¿Cuál es lo verdadero?.

Respuesta: Ambas afirmaciones son verdaderas. Se refieren a diferentes etapas de desarrollo y se dicen desde diferentes puntos de vista. El aspirante [*abhyasi*] comienza con la definición de que lo que es real existe siempre. Entonces elimina el mundo como irreal debido a que es cambiante. El buscador por último alcanza el Sí mismo y ahí encuentra la unidad como nota prevaleciente. Entonces, aquello que se rechazó originalmente como irreal se encuentra que es una parte de la unidad. Al estar absorbido en la realidad, el mundo también es real. Hay solamente ser en la realización de Sí mismo y nada más que ser[10].

Pregunta: Sri Bhagavan a menudo dice que *maya* [ilusión] y realidad son lo mismo. ¿Cómo puede ser eso?.

Respuesta: Sankara fue criticado por sus puntos de vista sobre *maya* sin ser comprendido. Dijo que

1. *Brahman* es real
2. el universo es irreal, y
3. El universo es *Brahman*.

Él no se detuvo en el segundo paso, debido a que el tercero explica los otros dos. Significa que el universo es real si se percibe como el Sí mismo, e irreal si se percibe separado del Sí mismo. De aquí que *maya* y realidad son uno y lo mismo[11].

Pregunta: Así pues, ¿el mundo no es realmente ilusorio?.

Respuesta: En el nivel del buscador espiritual usted tiene que decir que el mundo es una ilusión. No hay ninguna otra vía.

Cuando un hombre olvida que él es *Brahman*, el cual es real, permanente y omnipresente, y se engaña a sí mismo inmerso en el pensamiento de que él es un cuerpo en el universo, el cual está lleno de cuerpos que son transitorios, y se afana bajo esa ilusión, usted tiene que recordarle que el mundo es irreal y una ilusión. ¿Por qué?. Porque su visión, la cual ha olvidado su propio Sí mismo, está morando en el universo externo, material. No se volverá hacia adentro en introspección a menos que usted le inculque que todo este universo externo y material es irreal. Una vez que realice (se dé cuenta de) su propio Sí mismo sabrá que no hay nada más que su propio Sí mismo y llegará a mirar el universo entero como *Brahman*. No hay ningún universo sin el Sí mismo. Mientras un hombre no ve el Sí mismo, el cual es el origen de todo, sino que mira solamente al mundo externo como real y permanente, usted tiene que decirle que todo este universo es una ilusión. Usted no tiene más remedio que hacerlo. Tome un papel. Nosotros sólo vemos el escrito, y nadie repara en el papel sobre el cual el escrito está impreso. El papel está aquí, bien sea que el escrito sobre él esté aquí o no. Para aquellos que miran el escrito como real, usted tiene que decir que es irreal, una ilusión, puesto que se apoya sobre el papel. El sabio mira a ambos, papel y escrito, como uno. Así ocurre también con *Brahman* y el universo[12].

Pregunta: Así pues, ¿el mundo es real cuando se experimenta como el Sí mismo e irreal cuando se ve como nombres y formas separados?.

Respuesta: Lo mismo que el fuego es obscurecido por el humo, la brillante luz de la consciencia es obscurecida por el amasijo de los nombres y las formas —el mundo. Cuando por la compasiva gracia divina la mente deviene clara, se sabe que la naturaleza del mundo no son las formas ilusorias sino solamente la realidad.

Solamente aquellas gentes cuyas mentes están libres del poder malhechor de *maya*, habiendo abandonado el conocimiento del mundo y estando desapegados de él, y habiendo alcanzado con ello el conocimiento de la auto-efulgente realidad suprema, pueden saber correctamente el

significado de la afirmación «El mundo es real». Si la mirada de uno se ha transformado en la naturaleza del conocimiento real, el mundo de los cinco elementos, comenzando con el ether [*akasa*] será real, siendo la realidad suprema, la cual es la naturaleza del conocimiento.

El estado original de este mundo vacío, el cual está aturdido y atestado de innumerables nombres y formas, es felicidad, la cual es una, lo mismo que la yema del huevo de un multicoloreado pavo real es solamente una. Sepa esta verdad morando en el estado del Sí mismo[13].

Pregunta: Yo no puedo decir que todo está claro para mí. ¿Es el mundo que es visto y sentido por nosotros de tantas maneras diferentes algo semejante a un sueño, una ilusión?.

Respuesta: No hay ninguna alternativa para usted excepto aceptar el mundo como irreal si usted está buscando la verdad y la verdad sólo.

Pregunta: ¿Por qué es eso así?.

Respuesta: Por la simple razón de que a menos que usted abandone la idea de que el mundo es real su mente estará siempre detrás de él. Si usted toma la apariencia por real usted nunca conocerá lo real mismo, aunque sólo lo real existe. Este punto está ilustrado por la analogía de la serpiente en la cuerda. Usted puede engañarse al creer que un pedazo de cuerda es una serpiente. Mientras usted imagina que la cuerda es una serpiente usted no puede ver la cuerda como una cuerda. La serpiente no-existente deviene real para usted, mientras que la cuerda real parece enteramente no-existente como tal.

Pregunta: Es fácil aceptar a modo de ensayo que el mundo no es en último recurso real, pero es difícil tener la convicción de que es realmente irreal.

Respuesta: De la misma manera es real su mundo de sueño mientras usted está soñando. Mientras dura el sueño todo lo que usted ve y siente en él es real.

Pregunta: ¿No es entonces el mundo mejor que un sueño?.

Respuesta: ¿Qué hay de malo en el sentido de realidad que usted tiene mientras está usted soñando?. Usted puede estar soñando algo completamente imposible, por ejemplo, que usted

tiene una feliz charla con una persona muerta. Por un momento, usted puede dudar en el sueño, diciéndose a usted mismo, «¿No estaba muerto?», pero de alguna manera la mente se reconcilia con la visión del sueño, y la persona está perfectamente viva para los propósitos del sueño. En otras palabras, el sueño en tanto que sueño no le permite a usted dudar de su realidad. Ocurre lo mismo en el estado de vigilia, pues usted es incapaz de dudar de la realidad del mundo que usted ve mientras usted está despierto. ¿Cómo puede la mente, la cual ha creado ella misma el mundo, aceptarlo como irreal?. Esa es la significación de la comparación hecha entre el mundo del estado de vigilia y el mundo del estado de sueño. Ambos son creaciones de la mente, de modo que mientras la mente esté absorbida en uno y otro, se encuentra a sí misma incapaz de negar su realidad. No puede negar la realidad del mundo del sueño mientras está soñando y no puede negar la realidad del mundo de la vigilia mientras está despierta. Si, por el contrario, usted retira su mente completamente del mundo y la vuelve hacia adentro y mora ahí, es decir, si usted mantiene despierto siempre al Sí mismo, el cual es el substratum de todas las experiencias, usted encontrará que el mundo del cual usted es ahora consciente es tan irreal como el mundo en el cual usted vivía en su sueño.

Pregunta: Nosotros vemos y sentimos el mundo de muchas maneras diferentes. Estas sensaciones son las reacciones a los objetos vistos y sentidos. No son creaciones mentales como en los sueños, los cuales difieren no solamente de persona sino también con respecto a la misma persona. ¿No es eso suficiente para probar la realidad objetiva del mundo?.

Respuesta: Toda esta conversación sobre las inconsistencias en el mundo del sueño surge solamente ahora, cuando usted está despierto. Mientras usted está soñando, el sueño es un todo perfectamente integrado. Es decir, si usted ha tenido sed en un sueño, la ingestión ilusoria de agua ilusoria sacia su sed ilusoria. Pero todo esto era real y no ilusorio para usted mientras usted no sabe que el sueño mismo era ilusorio. Similarmente con el mundo de la vigilia. Usted tiene que co-

ordinar ahora las sensaciones para darle a usted la impresión de que el mundo es real.

Si, por el contrario, el mundo es una realidad auto-existente (eso es lo que usted quiere decir evidentemente con su objetividad), ¿qué impide que el mundo se revele a usted en el sueño profundo?. Sin embargo, usted no dice que usted no ha existido en su sueño profundo.

Pregunta: Yo no niego tampoco la existencia del mundo mientras estoy dormido. El mundo ha estado existiendo todo el tiempo. Si durante mi sueño yo no lo veo, otros que no estaban durmiendo lo han visto.

Respuesta: Para decir que usted ha existido mientras estaba dormido, ¿ha sido necesario buscar la evidencia de otros para probárselo a usted? ¿Por qué busca usted la evidencia de otros ahora?. Esos otros pueden decirle a usted que han estado viendo el mundo mientras usted dormía solamente cuando usted se despierta. Con respecto a su propia existencia es diferente. Al despertar usted dice que ha dormido profundamente, de modo que en esa medida usted es consciente (*aware*) de usted mismo en el sueño profundo, mientras que usted no tiene la más mínima noción de la existencia del mundo entonces. Inclusive ahora, que está usted despierto, ¿es el mundo el que dice «yo soy real», o es usted?.

Pregunta: Lo digo yo por supuesto, pero lo digo del mundo.

Respuesta: Pues bien, ese mundo, que usted dice que es real, está en realidad burlándose de usted por buscar probar su realidad mientras usted es ignorante de su propia realidad (de usted).

Usted quiere de un modo u otro mantener que el mundo es real. ¿Cuál es el modelo patrón de la realidad?. Sólo es real eso que existe por sí mismo, que se revela a sí mismo por sí mismo y que es eterno y sin cambio (inmutable).

¿Existe el mundo por sí mismo? ¿Ha sido visto alguna vez sin la ayuda de la mente?. En el sueño profundo no hay ni mente ni mundo. ¿Qué significa esta invariable concomitancia?. Usted está familiarizado con los principios de la lógica inductiva, los cuales son considerados la base misma de la investigación

científica. ¿Por qué no decide usted esta cuestión de la realidad del mundo a la luz de esos principios de lógica aceptados?.

De usted mismo usted puede decir «yo existo». Es decir, su existencia no es mera existencia, es existencia de la cual usted es consciente. En realidad, es existencia idéntica con la consciencia.

Pregunta: El mundo puede no ser consciente de sí mismo, sin embargo existe.

Respuesta: La consciencia es siempre consciencia de Sí mismo. Si usted es consciente de algo usted es esencialmente consciente de usted mismo. Una existencia no consciente de Sí misma es una contradicción en los términos. No es existencia en absoluto. Es meramente existencia atribuida, mientras que la verdadera existencia, el *sat*, no es un atributo, es la substancia misma. Es *vastu* [la realidad]. La realidad se conoce por lo tanto como *sat-chit*, ser-consciencia, y nunca meramente como uno a exclusión del otro. El mundo ni existe por sí mismo, ni es consciente de su existencia. ¿Cómo puede usted decir que un tal mundo es real?.

¿Y cuál es la naturaleza del mundo?. Es perpetuo cambio, flujo continuo, interminable. Un mundo dependiente, no consciente de sí mismo, siempre cambiante no puede ser real[14].

Pregunta: ¿Son reales los nombres y formas del mundo?.

Respuesta: Usted no los encontrará separados del substratum [*adhishtana*]. Cuando usted intente profundizar en nombre y forma, usted encontrará la realidad solamente. Por lo tanto alcance el conocimiento de eso que es real en todo tiempo.

Pregunta. ¿Por qué el estado de vigilia parece tan real?.

Respuesta: Nosotros vemos muchas cosas sobre la pantalla del cine, pero no son reales. Nada es real ahí excepto la pantalla. De la misma manera, en el estado de vigilia no hay nada sino *adhishtana* [el substratum]. El conocimiento del mundo es conocimiento del conocedor del mundo [*jagat-prama* es el *prama* de *jagat-pramata*]. Ambos desaparecen en el sueño profundo.

Pregunta: ¿Por qué vemos tal permanencia y constancia en el mundo?.

Respuesta: Se ve debido a las ideas erróneas. Cuando alguien dice que se ha bañado dos veces en el mismo río está en un error, porque cuando se bañó por segunda vez el río ya no era el mismo que era cuando se bañó por primera vez. Al mirar dos veces el brillo de una llama un hombre dice que ve la misma llama, pero esta llama está cambiando cada momento. El estado de vigilia es también así. La apariencia estacionaria es un error de percepción.

Pregunta: ¿Dónde está el error?.

Respuesta: *Pramata* [el conocedor].

Pregunta: ¿Cómo surgió el conocedor?.

Respuesta: Debido al error de percepción. De hecho el conocedor y sus percepciones erróneas aparecen simultáneamente, y cuando se obtiene el conocimiento del Sí mismo, desaparecen simultáneamente.

Pregunta: ¿De dónde han surgido el conocedor y sus percepciones erróneas?.

Respuesta: ¿Quién está haciendo la pregunta?.

Pregunta: Yo soy.

Respuesta: Descubra ese «yo» y todas sus dudas se resolverán. Lo mismo que en un sueño surgen un falso conocimiento, un conocedor y un conocido, en el estado de vigilia opera el mismo proceso. En ambos estados al conocer este «yo» usted conoce todo y no queda nada que haya que conocer. En el sueño profundo, conocedor, conocimiento y conocido están ausentes. De la misma manera, en el momento de experimentar el «yo» real ellos no existirán. Todo lo que usted ve acontecer en el estado de vigilia acontece solamente al conocedor, y puesto que el conocedor es irreal, de hecho jamás acontece nada[15].

Pregunta: ¿Es la luz, que da la identidad del sentido de «yo» y el conocimiento del mundo, ignorancia o *chit* [consciencia]?.

Respuesta: Es solamente la luz reflejada de *chit* la que hace que el «yo» se crea diferente de los demás. Esta luz reflejada de *chit* hace también que el «yo» cree objetos, pero para esta reflexión debe haber una superficie sobre la cual la reflexión tiene lugar.

Pregunta: ¿Cuál es esa superficie?.

Respuesta: A la realización del Sí mismo usted encontrará que la reflexión y la superficie sobre la cual tiene lugar no existen en realidad, sino que ambas son una y la misma *chit* [consciencia]. Hay el mundo, el cual requiere locación para su existencia y luz para hacerlo perceptible. Ambos surgen simultáneamente. Por lo tanto, la existencia física y la percepción dependen de la luz de la mente, la cual se refleja desde el Sí mismo. Lo mismo que en el cine las imágenes pueden hacerse visibles por una luz reflejada, y solamente en la obscuridad, así también las imágenes del mundo son perceptibles solamente por la luz del Sí mismo reflejada en la obscuridad de *avidya* [ignorancia]. El mundo no puede ser visto ni en la extrema obscuridad de la ignorancia, como en el sueño profundo, ni en la extrema luz del Sí mismo, como en la realización de Sí mismo o *samadhi*[16].

CAPÍTULO 18. LA REENCARNACIÓN

La mayor parte de las religiones ha construido elaboradas teorías que se proponen explicar lo que acontece en el alma individual después de la muerte del cuerpo. Algunas pretenden que el alma va al cielo o al infierno mientras que otras pretenden que se reencarna en un cuerpo nuevo.

Sri Ramana enseñaba que todas estas teorías se basan sobre la falsa asumición de que el sí mismo o alma individual es real; una vez que esta ilusión se disipa, toda la superestructura de las teorías para después de la vida se viene abajo. Desde el punto de vista del Sí mismo, no hay ningún nacimiento ni muerte, ningún cielo ni infierno, y ninguna reencarnación.

Como una concesión a aquellos que eran incapaces de asimilar las implicaciones de esta verdad, Sri Ramana admitía a veces que la reencarnación existía. En respuesta a tales gentes decía que si uno imaginaba que el sí mismo individual era real, entonces ese sí mismo imaginario persistiría después de la muerte y que eventualmente se identificaría con un nuevo cuerpo y una nueva vida. Todo el proceso, decía, está sostenido por la tendencia de la mente a identificarse a sí misma con un cuerpo. Una vez que se trasciende la ilusión limitante de la mente, cesa la identificación con el cuerpo, y todas las teorías sobre la muerte y la reencarnación se encuentra que son inaplicables.

Pregunta: ¿Es verdadera la reencarnación?.

Respuesta: La reencarnación existe solamente mientras hay ignorancia. No hay realmente ninguna reencarnación en absoluto, ni ahora ni antes. Tampoco la habrá en ningún futuro. Esta es la verdad.

Pregunta: ¿Puede un *yogui* conocer sus vidas pasadas?.

Respuesta: ¿Conoce usted la vida presente para que usted quiera conocer la pasada?. Encuentre la presente, entonces el resto seguirá por sí sólo. Incluso con nuestro limitado conocimiento presente, usted sufre enormemente. ¿Por qué quiere cargarse a usted mismo con más conocimiento? ¿Es para sufrir más?[1].

Cuando se ve a través de la visión del supremo espacio del Sí mismo, la ilusión de haber nacido en este falso mundo semejante a un espejismo se encuentra que no es nada más que la egoística ignorancia de identificar un cuerpo como «yo». Entre aquellos cuyas mentes están poseídas por el olvido del Sí mismo, aquellos que nacen morirán y aquellos que mueren nacerán de nuevo. Pero sepa que aquellos cuyas mentes están muertas, habiendo conocido la gloriosa realidad suprema, permanecerán solamente ahí en ese elevado estado de realidad, libres del nacimiento y de la muerte. Olvidar el Sí mismo, tomar erróneamente el cuerpo por el sí mismo, padecer innumerables nacimientos, y conocer al fin el Sí mismo y ser el Sí mismo es lo mismo que despertar de un sueño en el cual se va errante por todo el mundo[2].

Pregunta: ¿Cuánto tiempo le lleva a un hombre renacer después de la muerte?. ¿Es inmediatamente después de la muerte o algún tiempo después?.

Respuesta: Usted no sabe lo que usted era antes del nacimiento, y sin embargo usted quiere saber lo que usted será después de la muerte. ¿Sabe usted lo que usted es ahora?.

El nacimiento y el renacimiento pertenecen al cuerpo. Usted está identificando el Sí mismo con el cuerpo. Es una identificación errónea. Usted cree que el cuerpo ha nacido y que morirá, y confunde los fenómenos que incumben al cuerpo con el Sí mismo. Conozca su ser real y estas preguntas no surgirán.

El nacimiento y el renacimiento se mencionan solamente para hacer que usted indague la cuestión y descubra que no hay ni nacimientos ni renacimientos. Ellos incumben al cuerpo y no al Sí mismo. Conozca el Sí mismo y no se perturbe por las dudas[3].

Pregunta: ¿No afectan las acciones de uno a la persona en posteriores nacimientos?.

Respuesta: ¿Ha nacido usted ahora? ¿Por qué piensa usted en otros nacimientos?. El hecho es que no hay nacimiento ni muerte. Deje que el que ha nacido piense en la muerte y en los paliativos para ella.

Pregunta: ¿Qué le acontece a una persona después de la muerte?.

Respuesta: Ocúpese usted de la vida presente. El futuro cuidará de sí mismo. No se preocupe por el futuro. El estado antes de la creación y el proceso de creación se tratan en las escrituras a fin de que usted pueda conocer el presente. Debido a que usted dice que usted ha nacido, ellas dicen, sí, y agregan que Dios le ha creado a usted.

¿Pero ve usted a Dios o alguna otra cosa en su sueño profundo?. Si Dios es real, ¿por qué no brilla en su sueño profundo también?. Usted siempre es, usted es el mismo ahora que era en el sueño profundo. Usted no es diferente del que estaba en el sueño profundo. ¿Pero a qué se debe que haya diferencias en las sensaciones o experiencias de los dos estados?.

¿Hace usted preguntas, mientras está dormido, tocantes a su nacimiento? ¿Pregunta usted entonces «¿Dónde voy yo después de la muerte?»? ¿Por qué piensa usted en todas estas cuestiones ahora en el estado de vigilia?. Deje que lo que ha nacido piense en su nacimiento y en el remedio, en su causa y en sus resultados últimos[5].

Pregunta: ¿Qué le ocurre al *jiva* [individuo] después de la muerte?.

Respuesta: La pregunta no es apropiada pues un *jiva* vive ahora. Un *jiva* muerto puede preguntarme, si quiere. Mientras tanto, que el *jiva* incorporado resuelva su problema presente y encuentre quién es. Entonces habrá un final para tales dudas[6].

Pregunta: ¿Es correcto o no el punto de vista Buddhista de que no hay ninguna entidad continua que responda a las ideas del alma individual? ¿Es consistente esto con la noción Hindú de un ego que se reencarna? ¿Es el alma una entidad continua que se reencarna una y otra vez, acordemente a la doctrina Hindú, o es una mera masa de tendencias mentales —*samskaras*?.

Respuesta: El Sí mismo real es continuo e inafectado. El ego que se reencarna pertenece al plano más bajo, a saber, el pensamiento. Es trascendido por la realización de Sí mismo.

Las reencarnaciones se deben a un falso brote. Por lo tanto son negadas por los Buddhistas. El presente estado de ignorancia se debe a la identificación de la consciencia [*chit*] con el cuerpo insenciente [*jada*][7].

Pregunta: ¿No vamos al cielo [*svarga*] como resultado de nuestras acciones?.

Respuesta: Eso es tan verdadero como la existencia presente. Pero si nosotros indagamos quién somos y descubrimos el Sí mismo, ¿qué necesidad hay de pensar en el cielo?.

Pregunta: ¿No debemos intentar escapar del renacimiento?.

Respuesta: Sí. Descubra quién ha nacido y quién tiene ahora el trastorno de la existencia. Cuando usted está dormido, ¿piensa usted en renacimientos o inclusive en la presente existencia?. Así pues, descubra de dónde surge el problema presente y en ese mismo lugar usted encontrará la solución. Usted descubrirá que no hay ningún nacimiento, ningún trastorno ni desdicha presente. El Sí mismo es todo y todo es felicidad. Incluso ahora nosotros somos libres de todo renacimiento, de manera que ¿por qué apurarse por su miseria? [8].

Pregunta: ¿Hay renacimiento?.

Respuesta: ¿Sabe usted lo que es el nacimiento?.

Pregunta: Oh sí, yo sé que existo ahora, pero quiero saber si existiré en el futuro.

Respuesta: ¡Pasado!... ¡Presente!... ¡Futuro!.

Pregunta: Sí, hoy es el resultado de ayer, el pasado, y mañana, el futuro, será el resultado de hoy, el presente. ¿Estoy en lo cierto?.

Respuesta: No hay ni pasado ni futuro. Hay solamente el presente. Ayer fue el presente para usted cuando usted lo experimentó, y mañana, será también el presente cuando usted lo experimente. Por lo tanto, la experiencia tiene lugar solamente en el presente, y más allá de la experiencia no existe nada.

Pregunta: ¿Son entonces el pasado y el futuro mera imaginación?.

Respuesta: Sí, inclusive el presente es mera imaginación, pues el sentido del tiempo es puramente mental. El espacio es similarmente mental. Por lo tanto el nacimiento y el renacimiento, los cuales tienen lugar en el tiempo y el espacio, no pueden ser nada más que imaginación[9].

Pregunta: ¿Cuál es la causa de *tanha*, la sed de vivir y la sed de renacer?.

Respuesta: El renacimiento real es morir desde el ego adentro del espíritu. Esta es la significación de la crucifixión de Jesús. Siempre que existe la identificación con el cuerpo, hay siempre un cuerpo disponible, bien sea éste o cualquier otro, hasta que el sentido corporal desaparece sumergiéndose dentro de la fuente —el espíritu, o el Sí mismo. La piedra que se proyecta hacia arriba permanece en movimiento constante hasta que retorna a su fuente, la tierra, y reposa. El dolor de cabeza continúa dando molestias, hasta que se recupera el estado anterior al dolor de cabeza.

La sed de vivir es inherente a la naturaleza misma de la vida, la cual es existencia absoluta —*sat*. Aunque indestructible por naturaleza, debido a su falsa identificación con su instrumento destructible, el cuerpo, la consciencia embebe una falsa aprehensión de su destructibilidad. Debido a esta falsa identificación intenta perpetuar el cuerpo, y eso resulta en una sucesión de nacimientos. Pero por mucho que estos cuerpos puedan durar, eventualmente llegan a su fin y revierten en el Sí mismo, el cual sólo existe eternamente.

Pregunta: Sí, «Renuncia a tu vida si quieres vivir», dice la *Voz del Silencio* de H.P. Blavatsky.

Respuesta: Abandone la falsa identificación y recuerde, el cuerpo no puede existir sin el Sí mismo, mientras que el Sí mismo puede existir sin el cuerpo. De hecho es siempre sin él.

Pregunta: Hace poco que una duda ha surgido en la mente de una amiga mía. Ella ha oído que un ser humano puede tomar un nacimiento animal en alguna otra vida, lo cual es contrario a lo que la Teosofía le ha enseñado.

Respuesta: Que el que toma nacimiento haga esta pregunta. Descubra primero quién es quien nace, y si hay en realidad nacimiento y muerte. Usted encontrará que el nacimiento pertenece al ego, el cual es la ilusión de la mente[10].

Pregunta: ¿Es posible que un hombre renazca como un animal más bajo?.

Respuesta: Sí. Es posible, como lo ilustra el *Jada Bharata* —la anécdota escritutaria de un sabio real que renació como un ciervo.

Pregunta: ¿Es el individuo capaz de progreso espiritual en un cuerpo animal?.

Respuesta: No es imposible, aunque es excesivamente raro[11]. No es cierto que el nacimiento como un hombre sea necesariamente el más elevado, y que uno deba alcanzar la realización solamente desde el estado de ser un hombre. Inclusive un animal puede alcanzar la realización de Sí mismo[12].

Pregunta: La *Teosofía* habla de 50 hasta 10.000 años de intervalo entre la muerte y el renacimiento. ¿Por qué es esto así?.

Respuesta: No hay ninguna relación entre el patrón de medidas de una estado de consciencia y otro. Tales medidas son todas hipotéticas. Es verdad que algunos individuos toman más tiempo y otros menos. Pero debe comprenderse claramente que no hay ningún alma que venga y que se vaya, sino solamente la mente pensante del individuo, la cual hace que parezca así. Sobre todo plano donde acontezca que la mente actúa, crea un cuerpo para sí misma, en el mundo físico un cuerpo físico y en el mundo del sueño un cuerpo soñado, el cual se moja con la lluvia soñada y enferma con la enfermedad soñada. Después de la muerte del cuerpo físico, la mente permanece inactiva durante algún tiempo, como en un sueño sin sueños en el cual permanece sin mundo y por lo tanto sin cuerpo. Pero pronto deviene activa de nuevo en un nuevo mundo y en un nuevo cuerpo —el astral— hasta que asume otro cuerpo en lo que se llama un «renacimiento». Pero el *jnani*, el hombre que ha realizado el Sí mismo, cuya mente ya ha cesado de actuar, permanece inafectado por la muerte. La mente del *jnani* ha

cesado de existir; ha caído para no levantarse jamás de nuevo a fin de causar nacimientos y muertes. La cadena de las ilusiones se ha roto para siempre para él.

Debe ser claro ahora que no hay ni nacimiento real, ni muerte real. Es la mente la que crea y mantiene la ilusión de realidad en este proceso, hasta que es destruida por la realización de Sí mismo[13].

Pregunta: ¿No disuelve la muerte la individualidad de una persona, de modo que no pueda haber ningún renacimiento, lo mismo que los ríos que desembocan en el océano pierden sus individualidades?.

Respuesta: Pero cuando las aguas se evaporan y vuelven como lluvia sobre las colinas, una vez más fluyen en la forma de ríos y desembocan en el océano. Así también las individualidades durante el sueño profundo pierden su separatividad y sin embargo retornan de nuevo como individuos de acuerdo con sus *samskaras* o tendencias pasadas. Es lo mismo después de la muerte —la individualidad de la persona con *samskaras* no se pierde.

Pregunta: ¿Cómo puede ser eso?.

Respuesta: Vea cómo un árbol cuyas ramas han sido cortadas crece de nuevo. Mientras las raíces del árbol permanezcan ilesas, el árbol continuará creciendo. Similarmente, los *samskaras*, los cuales meramente se han sumergido en el Corazón a la muerte, pero que no han perecido por esa razón, ocasionan el renacimiento en el momento adecuado. Así es como renacen los *jivas* [los individuos].

Pregunta: ¿Cómo pueden los innumerables *jivas* y el vasto universo que producen surgir de tales *samskaras* sutiles sumergidos en el Corazón?.

Respuesta: Lo mismo que el gran árbol baniano brota de una minúscula semilla, así también los *jivas* y todo el universo con nombre y forma brotan de los *samskaras* sutiles[14].

Pregunta: ¿Cómo se transfiere el *jiva* de un cuerpo a otro?.

Respuesta: Cuando se comienza a morir, se pone en marcha la respiración difícil; eso quiere decir que se ha devenido inconsciente del cuerpo moribundo. La mente se apodera sin

demora de otro cuerpo, y va y viene entre los dos, hasta que la adherencia está completamente transferida al nuevo cuerpo. Mientras tanto hay jadeos violentos ocasionales, y eso significa que la mente vuelve al cuerpo moribundo. El estado transicional de la mente es algo semejante a un sueño[15].

Pregunta: ¿Cuánto dura el intervalo entre la muerte y la reencarnación?.

Respuesta: Puede ser largo o breve. Pero un *jnani* no sufre ninguno de tales cambios; se sumerge en el ser universal. Algunos dicen que aquellos que después de la muerte entran en la vía de la luz no renacen, mientras que aquellos que después de la muerte toman la senda de la obscuridad renacen después de haber disfrutado de los frutos del *karma* en sus cuerpo sutiles.

Otros dicen que si los méritos y deméritos son iguales, se renace directamente aquí. Si los méritos sobrepasan a los deméritos, los cuerpos sutiles van al cielo y después renacen aquí; si los deméritos sobrepasan a los méritos, van al infierno y después renacen aquí.

Al *Yogabrashta* [alguien que se ha salido de la vía del *yoga*] se dice que le pasa lo mismo. Todo esto está descrito en los *rastras* [las escrituras]. Pero de hecho, no hay ni nacimiento ni muerte. Uno permanece solamente lo que uno es realmente. Esta es la única verdad[16].

Pregunta: Yo encuentro esto muy confuso. ¿Los nacimientos y los renacimientos son irreales en último recurso?.

Respuesta. Si hay nacimiento debe haber no solamente un solo renacimiento sino toda un sucesión de nacimientos. ¿Por qué y cómo obtuvo usted este nacimiento?. Por la misma razón y de la misma manera usted debe tener nacimientos sucesivos. Pero si usted pregunta quién tiene el nacimiento y si el nacimiento y la muerte son para usted o para alguien distinto de usted, entonces usted realiza la verdad y la verdad quema todos los *karmas* y le libera a usted de todos los nacimientos. Los libros describen gráficamente cómo, todo el *ranchita karma* [el *karma* acumulado desde los nacimientos anteriores], el cual llevaría incontables vidas agotar, es quemado por una única

chispa de *jnana*, lo mismo que una montaña de pólvora se quemará instantáneamente con una única chispa de fuego. Es el ego el que es la causa de todo el mundo y de las incontables ciencias cuyas investigaciones son tan grandes como para aturdir toda descripción, y si el ego se disuelve por la indagación todo esto se desmorona y sólo permanece la realidad o el Sí mismo[17].

Pregunta: ¿Quiere usted decir que yo no he nacido jamás?.

Respuesta: Sí, usted está ahora pensando que usted es el cuerpo y por lo tanto se confunde a usted mismo con su nacimiento y muerte (del cuerpo). Pero usted no es el cuerpo y usted no tiene ni nacimiento ni muerte.

Pregunta: Así pues, ¿usted no sostiene la teoría del renacimiento?.

Respuesta. No. Por otra parte quiero hacer desaparecer su confusión de que usted renacerá. Es usted quien piensa que usted renacerá.

Vea a quién le viene la pregunta. A menos que se encuentre el preguntador, tales preguntas jamás pueden responderse definitivamente[18].

CAPÍTULO 19. LA NATURALEZA DE DIOS

A primera vista, las afirmaciones de Sri Ramana sobre Dios parecen estar pobladas de contradicciones: en una ocasión podía decir que Dios nunca hace nada, en otra que nada acontece excepto por su voluntad. A veces decía que Dios es sólo una idea en la mente, mientras que en otras ocasiones decía que Dios es la única realidad existente.

Estas afirmaciones contradictorias son en gran medida un reflejo de los diferentes niveles de comprensión que él encontraba en sus interlocutores. A aquellos que adoraban a Dioses personales a menudo se les daban explicaciones antropomórficas. Se les decía que Dios ha creado el mundo, que lo sostiene por un poder divino, que él cuida de las necesidades de todos sus habitantes y que no acontece nada que sea contrario a su voluntad. Por otra parte, a aquellos a quienes no atraían tales teorías se les decía que todas esas ideas sobre Dios y su poder eran creaciones mentales que solamente obscurecían la experiencia real de Dios que es inherente en cada uno.

En el nivel más alto de sus enseñanzas los términos «Dios» y «Sí mismo» son sinónimos para la realidad inmanente que se descubre por la realización de Sí mismo. Así pues, la realización del Sí mismo es la realización de Dios; no es una experiencia *de* Dios, más bien es una comprensión de que uno *es* Dios. Hablando desde este último nivel, las afirmaciones de Sri Ramana sobre Dios pueden resumirse de la siguiente manera:

1 Él es inmanente y sin forma; es puro ser y pura consciencia.

2 La manifestación aparece en él y por medio de su poder, pero él no es su creador. Dios jamás actúa, sólo es. No tiene ni voluntad ni deseo.

3 La individualidad es la ilusión de que nosotros no somos idénticos con Dios; cuando la ilusión se disipa, lo que queda es Dios.

Sobre un nivel más bajo él hablaba sobre *Iswara*, el nombre Hindú para el Dios personal supremo. Decía que *Iswara* existe como una entidad real solamente mientras uno imagina que uno es una persona individual. En tanto que la individualidad persiste hay un Dios que sobrevive a las actividades del universo; en la ausencia de la individualidad *Iswara* es no-existente.

Además de *Iswara*, el Hinduismo tiene muchas deidades, las cuales se parecen a los dioses y demonios de las mitologías nórdica y griega. Tales deidades son una característica central del Hinduismo popular y su realidad se acepta todavía ampliamente. Sri Ramana sorprendió a muchas gentes diciendo que tales seres eran tan reales como las gentes que creían en ellos. Admitía que después de la realización compartían el mismo sino que *Iswara*, pero antes de eso, parecía considerarlos como oficiales mayores en una jerarquía cosmológica que cuidaba de los asuntos del mundo.

Pregunta: Dios es descrito como manifestado y no-manifestado. Como manifestado se dice que incluye el mundo como una parte de su ser. Si eso es así, nosotros, como parte de ese mundo, tendríamos que conocerle fácilmente en la forma manifestada.

Respuesta: Conózcase a usted mismo antes de tratar de decidir sobre la naturaleza de Dios y del mundo.

Pregunta: ¿Conocerme a mí mismo implica conocer a Dios?.

Respuesta: Sí, Dios está dentro de usted.

Pregunta: Entonces, ¿cuál es el obstáculo en la vía de conocerme a mí mismo o a Dios?.

Respuesta: Su mente errática y sus sendas pervertidas.

Pregunta. ¿Es Dios personal?.

Respuesta: Sí, el siempre es la primera persona, el Yo, siempre permanente ante usted. Debido a que usted da precedencia a las cosas del mundo, Dios parece haber sido

relegado a la trastienda. Si usted abandona todo lo demás y le busca sólo a él, sólo él permanecerá como el «Yo», el Sí mismo[1].

Pregunta: ¿Es Dios aparte del Sí mismo?.

Respuesta: El Sí mismo es Dios. «Yo soy» es Dios. Esta pregunta surge debido a que usted se aferra al sí mismo-ego. No surgirá si usted se aferra al verdadero Sí mismo. Pues el Sí mismo real no preguntará y no puede preguntar nada. Si Dios es aparte del Sí mismo debe ser un Dios menor que el Sí mismo, lo cual es absurdo[2]. Sólo Dios, que parece ser no-existente, existe verdaderamente, mientras que el individuo, que parece ser existente, es siempre no-existente. Los sabios dicen que sólo el estado en el cual uno conoce así su propia no-existencia [*sunya*] es el glorioso conocimiento supremo[3].

Usted piensa ahora que usted es un individuo, que hay el universo y que Dios está más allá del cosmos. Así pues, hay la idea de la separatividad. Esta idea debe partir. Pues Dios no está separado de usted o el cosmos. La *Gita* también dice:

> «El Sí mismo soy Yo, oh Señor del Sueño,
> En el corazón de cada criatura guardado.
> La salida y la puesta de cada forma,
> Yo soy su morada final también» (*Bhagavad Gita*, X.20).

Así pues, Dios no está solamente en el corazón de todo, él es el soporte de todo, es la fuente de todo, su lugar de morada y su fin. Todo procede de él, tiene su sostén en él, y finalmente se resuelve dentro de él. Por lo tanto él no está separado

Pregunta ¿Cómo tenemos que comprender este pasaje en la *Gita*: «Todo este cosmos forma una partícula de mí»?.

Respuesta: No significa que una pequeña partícula de Dios se separa de él y forma el universo. Su *sakti* [poder] está actuando. Como resultado de una fase de tal actividad el cosmos ha devenido manifiesto. Similarmente, la afirmación en *Purusha Sukta*, «Todos los seres forman su único pie», no significa que el *Brahman* esté en varias partes.

Pregunta: Comprendo eso. *Brahman* es ciertamente no divisible.

Respuesta: De modo que el hecho es que *Brahman* es todo y permanece indivisible. Está siempre realizado pero el hombre no es consciente (*aware*) de esto. Debe llegar a conocer esto. Conocimiento significa rebasar los obstáculos que obstruyen la revelación de la verdad eterna de que el Sí mismo es lo mismo que *Brahman*. Todos los obstáculos juntos forman su idea de separatividad como un individuo[4].

Pregunta: ¿Es Dios lo mismo que el Sí mismo?.

Respuesta: El Sí mismo es conocido por todos, pero no claramente. Usted existe siempre. El ser es el Sí mismo. «Yo soy» es el nombre de Dios. De todas las definiciones de Dios, ninguna es en verdad tan buena como la afirmación Bíblica «Yo soy "Yo soy"» en *Éxodo* 3. Hay otras afirmaciones, tales como *Brahmaivaham* [*Brahma* soy Yo], *aham Brahmasmi* [Yo soy *Brahman*] y *soham* [Yo soy él]. Pero ninguna es tan directa como el nombre *Jehovah*, el cual significa «Yo soy». El ser absoluto es lo que es. Es el Sí mismo. Es Dios. Conociendo el Sí mismo, se conoce Dios. De hecho Dios no es ningún otro que el Sí mismo[5].

Pregunta: Dios parece ser conocido por muchos nombres diferentes. ¿Están justificados algunos de ellos?.

Respuesta: Entre los muchos miles de nombres de Dios, ningún nombre conviene a Dios, que mora en el Corazón, libre de pensamiento, tan verdaderamente, tan aptamente, y tan bellamente como el nombre «Yo» o «Yo soy». De todos los nombres conocidos de Dios, sólo el nombre de Dios «Yo - Yo» resuena triunfalmente cuando se destruye el ego, surgiendo como la silente palabra suprema [*mouna-para-vak*] en el espacio del Corazón de aquellos cuya atención está enfocada en la guarda del Sí mismo. Si uno medita incesantemente sobre ese nombre «Yo - Yo» con su atención puesta sobre la sensación «Yo», esto le tomará y le sumergirá dentro de la fuente desde la cual surge el pensamiento, destruyendo el ego, el embrión, el cual está unido al cuerpo[6].

Pregunta: ¿Cuál es la relación entre Dios y el mundo? ¿Es su creador o su sostenedor?.

Respuesta: Seres sencientes e insencientes de todas clases están llevando a cabo acciones solamente por la mera presencia

del sol, el cual se eleva en el cielo sin ninguna volición. Similarmente todas las acciones son hechas por el Señor sin ninguna volición o deseo por su parte. En la mera presencia del sol, las lentes de aumento emiten fuego, el capullo del loto florece, el nenúfar se cierra y todas las incontables criaturas llevan a cabo acciones y reposan.

El orden de la gran multitud de los mundos se mantiene por la mera presencia de Dios de la misma manera en que la aguja se mueve en la presencia de un imán, y como la piedra de luna emite agua, el nenúfar florece y el loto se cierra frente a la luna.

En la mera presencia de Dios, que no tiene la más mínima volición, los seres vivos, que están afanados en innumerables actividades, después de embarcarse en multitud de sendas a las cuales son atraídos de acuerdo con el curso determinado por sus propios *karmas,* finalmente se dan cuenta de la futilidad de la acción, se vuelven hacia el Sí mismo y alcanzan la liberación.

Las acciones de los seres vivos ciertamente no llegan ni afectan a Dios, que trasciende la mente, de la misma manera en que las actividades del mundo no afectan al sol y como las cualidades de los cuatro elementos visibles [tierra, agua, aire y fuego] no afectan al espacio ilimitado[7].

Pregunta: ¿Por qué está el *samsara* [la creación y manifestación en tanto que finitas] tan lleno de aflicción y de mal?.

Respuesta: ¡Voluntad de Dios!.

Pregunta: ¿Por qué Dios lo quiere así?.

Respuesta: Es inescrutable. Ningún motivo puede ser atribuido a ese poder —ningún deseo; no puede atribuirse el logro de ningún fin a ese ser infinito, omnisciente y todopoderoso. Dios no es tocado por las actividades, las cuales sólo tienen lugar en su presencia. Compare el sol y las actividades del mundo. No hay ningún significado en atribuir responsabilidad y motivo al uno antes de que devengan muchos.

Pregunta: ¿Todo acontece por la voluntad de Dios?.

Respuesta: No es posible para nadie hacer nada opuesto al ordenamiento de Dios, que tiene el poder de hacer todo. Por lo tanto, permanecer silente a los pies de Dios, habiendo

abandonado todas las ansiedades de la mente pérfida, defectiva y engañosa, es lo mejor[9].

Pregunta: ¿Hay un ser separado, *Iswara* [el Dios personal], que es el recompensador de la virtud y el castigador de los pecados?. ¿Hay un Dios?.

Respuesta: Sí.

Pregunta: ¿Cómo es ?.

Respuesta: *Iswara* tiene individualidad en mente y cuerpo, los cuales son perecederos, pero al mismo tiempo tienen también la consciencia trascendental y la liberación interiormente.

Iswara, el Dios personal, el supremo creador del universo existe realmente. Pero esto es verdadero solamente desde el punto de vista relativo de aquellos que no han realizado la verdad, de aquellos que creen en la realidad de las almas individuales. Desde el punto de vista absoluto el sabio no puede aceptar ninguna otra existencia que el Sí mismo impersonal, uno y sin forma.

Iswara tiene un cuerpo físico, una forma y un nombre, pero no es tan grosero como este cuerpo material. Puede ser visto en visiones en la forma creada por el devoto. Las formas y los nombres de Dios son innumerables y distintos y difieren con cada religión. Su esencia es la misma que la nuestra, pues el Sí mismo real es solamente uno y sin forma. De aquí que las formas que asume son solamente creaciones o apariencias.

Iswara es inmanente en todas las personas y en todos los objetos por todo el universo. La totalidad de todas las cosas y seres constituye Dios. Hay un poder del cual una pequeña fracción ha devenido todo este universo, y el resto está en reserva. Este poder de reserva más el poder manifestado como mundo material juntos constituyen *Iswara*[10].

Pregunta: Así pues, ¿en último recurso *Iswara* no es real?.

Respuesta: La existencia de *Iswara* resulta de nuestra concepción de *Iswara*. Conozcamos primero de quién él (*Iswara*) es el concepto. El concepto será conforme solamente con aquel que lo concibe. Descubra quién es usted y los demás problemas se resolverán por sí solos[11].

Iswara, Dios, el creador, el Dios personal, es la última de las formas irreales en partir. Solamente el ser absoluto es real. De aquí que, no solamente el mundo, no solamente el ego, sino también el Dios personal son de la irrealidad. Nosotros debemos encontrar lo absoluto —nada menos[12].

Pregunta: Usted dice que inclusive el Dios más alto es solamente una idea. ¿Significa eso que no hay ningún Dios?.

Respuesta: No, hay un *Iswara*[13].

Pregunta: ¿Existe él en algún lugar o forma particular?.

Respuesta: Si el individuo es una forma, el Sí mismo, la fuente, que es el Señor, también parecerá ser una forma. Si uno no es una forma, puesto que entonces no puede haber conocimiento de las demás cosas, ¿será correcta esa afirmación de que Dios tiene una forma?. Dios asume cualquier forma imaginada por el devoto mediante el pensamiento repetido en la meditación prolongada. Aunque él asume así innumerables nombres, sólo la consciencia real sin forma es Dios.

En cuanto a su localización, Dios no reside en ningún otro sitio que en el Corazón. Se debe a la ilusión, causada por el ego, a la idea «yo soy el cuerpo», que el reino de Dios se conciba localizado en alguna parte. Esté usted cierto de que el Corazón es el reino de Dios.

Sepa que usted es la luz brillante, perfecta, que no sólo hace posible la existencia del reino de Dios, sino que también hace posible que se vea como un maravilloso cielo. *Jnana* es únicamente saber esto. Por lo tanto, el reino de Dios está dentro de usted. El ilimitado espacio de *turiyatita* [más allá de los cuatro estados, es decir el Sí mismo], el cual brilla súbitamente, en toda su plenitud, dentro del Corazón de un aspirante altamente maduro durante el estado de completa absorción de mente, como si se tratara de una experiencia nueva y previamente desconocida, es el raramente alcanzado y verdadero *Siva-loka* [el reino de Dios], el cual brilla por la luz del Sí mismo[14].

Pregunta: Ellos dicen que el *jiva* [individuo] está sujeto a los malos efectos de la ilusión tales como la visión y el conocimiento limitados, mientras que *Iswara* tiene visión y conocimiento

omnipenetrantes. También se dice que el *jiva* e *Iswara* devienen idénticos si el individuo desecha su visión y conocimiento limitado. ¿No debe *Iswara* desechar también sus características particulares tales como la visión y el conocimiento omnipenetrantes?. Ellos también son ilusiones, ¿no es verdad?.

Respuesta: ¿Es esa su duda?. Primero deseche su propia visión limitada y entonces habrá tiempo suficiente para pensar en la visión y conocimiento omnipenetrantes de *Iswara*. Primero deshágase de su propio conocimiento limitado. ¿Por qué se preocupa usted de *Iswara*?. Él cuidará de sí mismo. ¿No ha recibido él tanta capacidad como tenemos nosotros? ¿Por qué debemos preocuparnos de si posee una visión y conocimiento omnipenetrantes o no?. Es en verdad una gran cosa si nosotros nos hacemos cargo de nosotros mismos[15].

Pregunta: ¿Pero Dios conoce todo?.

Respuesta: Los *Vedas* declaran que Dios en omnisciente solamente para aquellos que ignorantemente piensan de sí mismos que son gentes de poco conocimiento. Pero si uno le alcanza y le conoce como realmente es, se encontrará que Dios no conoce nada, debido a que su naturaleza es la totalidad siempre real, independientemente de la cual no existe nada que conocer[16].

Pregunta: ¿Por qué las religiones hablan de Dioses, cielo, infierno, etc.?.

Respuesta: Solamente para hacer que las gentes se den cuenta de que corren parejas con este mundo y de que sólo el Sí mismo es real. Las religiones son de acuerdo con el punto de vista del buscador[17].

Pregunta: ¿Existen *Vishnu*, *Siva*, etc?.

Respuesta: Las almas individuales no son solamente los seres conocidos[18].

Pregunta: Y sus regiones sagradas *Kailasa* o *Vaikuntha*, ¿son reales?.

Respuesta: Tan reales como usted está en este cuerpo.

Pregunta: ¿Poseen una existencia fenoménica, como mi cuerpo?. ¿O son ficciones como el cuerno de una liebre?.

Respuesta: Ellos existen.

Pregunta: Si es así, deben estar en alguna parte, ¿Dónde están?.

Respuesta: Las personas que los han visto dicen que existen en alguna parte. De modo que debemos aceptar su afirmación.

Pregunta: ¿Dónde existen?.

Respuesta: En usted.

Pregunta: ¿Entonces es solamente una idea que yo puedo crear y controlar?.

Respuesta: Todo es así.

Pregunta: Pero yo puedo crear puras ficciones, por ejemplo, el cuerno de una liebre, o solamente verdades a medias, por ejemplo un espejismo, mientras que hay también hechos independientemente de mi imaginación. ¿Los Dioses *Iswara* o *Vishnu* existen así?.

Respuesta: Sí.

Pregunta: ¿Está Dios sujeto al *pralaya* [disolución cósmica]? [19].

Respuesta: ¿Por qué?. El hombre que deviene consciente (*aware*) de Sí mismo trasciende la disolución cósmica y deviene liberado. ¿Por qué no *Iswara* que es infinitamente más sabio y más capaz?.

Pregunta: ¿Existen similarmente los *devas* [ángeles] y los *pisachas* [demonios]?.

Respuesta: Sí[20].

Pregunta: Estas deidades, ¿cuál es su estatuto relativo al Sí mismo?.

Respuesta: *Siva*, *Ganapati* y otras deidades como *Brahma*, existen desde un punto de vista humano; es decir, si usted considera su sí mismo personal como real, entonces ellos también existen. Lo mismo que un gobierno tiene sus altos oficiales ejecutivos que administran el gobierno, así también los tiene el creador. Pero desde el punto de vista del Sí mismo todos estos dioses son ilusorios y deben sumergirse dentro de la única realidad[21].

Pregunta: Siempre que adoro a Dios con nombre y forma, me siento tentado a pensar si no estoy errado al hacerlo, de modo que esté limitando lo ilimitado , dando forma a lo sin forma. Al

mismo tiempo siento que no soy constante en mi adherencia a la adoración de Dios sin forma.

Respuesta: Mientras usted responda a un nombre, ¿qué objeción podría haber a que usted adore a Dios con nombre o forma?. Adore usted a Dios con o sin forma hasta que usted sepa quién es usted[22].

Pregunta: Encuentro difícil creer en un Dios personal. De hecho lo encuentro imposible. Pero puedo creer en un Dios impersonal, una fuerza divina que gobierna y guía el mundo, y sería una gran ayuda para mí, inclusive en mi trabajo de curar, si esta fe fuera aumentada. ¿Puedo saber cómo aumentar esta fe?.

Respuesta: La fe es en las cosas desconocidas, pero el Sí mismo es evidente por sí mismo. Inclusive el egoísta más grande no puede negar su propia existencia, es decir, no puede negar el Sí mismo. Usted puede llamar a la realidad última por el nombre que usted quiera y decir que usted tiene fe en ella o amor por ella, ¿pero quién hay que no tenga fe en su propia existencia o amor por sí mismo?. Eso se debe a que la fe y el amor son nuestra naturaleza real[23].

Pregunta: ¿No debo tener alguna idea sobre Dios?.

Respuesta: Solamente mientras hay otros pensamientos en el Corazón puede haber un pensamiento de Dios concebido por la propia mente de uno. Sólo la destrucción de ese pensamiento de Dios debida a la destrucción de todos los demás pensamientos es el pensamiento sin pensamiento, el cual es el verdadero pensamiento de Dios[24].

CAPÍTULO 20. SUFRIMIENTO Y MORALIDAD

Las paradojas inherentes en las teorías teísticas han ocupado las mentes de los teólogos y filósofos occidentales durante siglos. Por ejemplo, si Dios es perfecto, ¿por qué hay mal en el mundo? ¿Por qué un Dios omnipotente permite el sufrimiento cuando tiene el poder de abolirlo en un instante?.

Sri Ramana salía al paso de tales jeroglíficos afirmando que el mundo, Dios y el individuo que sufre son todos invenciones de la mente.

> «Todas las religiones primero postulan tres principios, a saber, el mundo, el alma y Dios. Decir que sólo un principio aparece como los tres principios o que los tres principios son siempre tres principios es posible solamente mientras existe el ego»[1].

En lugar de atribuir el sufrimiento a las consecuencias de las acciones erróneas o a la voluntad de Dios, Sri Ramana enseñaba que surge solamente debido a que nosotros imaginamos que somos individuos separados interactuando unos con otros y con el mundo. Decía que las acciones erróneas conllevan el sufrimiento, y que por lo tanto han de ser evitadas, pero ellas no son su causa original. Es la mente la que crea la ilusión de la separatividad y es la mente la que sufre las consecuencias de sus invenciones ilusorias. El sufrimiento es así un producto y una consecuencia de la mente discriminativa; cuando se elimina la mente, se encuentra que el sufrimiento es no-existente.

Muchos interlocutores podían adherirse a esta idea sobre un nivel individual pero encontraban difícil aceptar que todo el sufrimiento en el mundo existía solamente en la mente de la persona que lo percibía. Sri Ramana era completamente inamovible sobre esto y decía repetidamente que si uno realiza el Sí mismo sabrá que todo sufrimiento, no sólo el propio de

uno, es no-existente. Llevando esta idea hasta su conclusión lógica, Sri Ramana decía a menudo que la vía más efectiva de eliminar el sufrimiento de otras gentes era realizar el Sí mismo.

Este punto de vista no debe interpretarse en el sentido de que Sri Ramana animaba a sus seguidores a ignorar el sufrimiento de las demás gentes. Sobre un nivel más pragmático decía que antes de la realización del Sí mismo uno debe aceptar la realidad del sufrimiento de las demás gentes y dar los pasos para aliviarlo siempre que uno se cruce con él. Sin embargo, también señalaba que tales acciones reparadoras sólo serían espiritualmente beneficiosas si se hacían sin el sentimiento de que «otras gentes menos afortunadas que yo están siendo ayudadas» y sin el sentimiento de que «yo estoy haciendo estas acciones».

En conjunto, la cuestión de lo que se debe o no se debe hacer en el mundo era de poco interés para Sri Ramana. Mantenía el punto de vista de que todas las ideas convencionales sobre lo justo y lo injusto eran juicios de valor hechos por la mente, y que cuando la mente cesa de existir, las ideas sobre lo justo y lo injusto también cesan. Debido a esto raramente hablaba sobre los cánones morales convencionales, y siempre que era presionado para que diera una opinión sobre ellos, usualmente eludía la respuesta diciendo que la única «acción justa» es descubrir el Sí mismo.

Pregunta: ¿Cuál considera usted que es la causa del sufrimiento del mundo? ¿Y cómo podemos ayudar a cambiarlo, (a) como individuos, o (b) colectivamente?.

Respuesta: Realice el Sí mismo real. Es todo lo que se necesita[2].

Pregunta: ¿En esta vida rodeada de limitaciones podemos realizar alguna vez la felicidad del Sí mismo?.

Respuesta: Esa felicidad del Sí mismo está siempre con usted, y usted la encontrará por usted mismo, si la busca asiduamente. La causa de su miseria no está en la vida fuera de usted, está en usted como el ego. Usted se impone limitaciones

a usted mismo y después pugna vanamente por transcenderlas. Toda la infelicidad se debe al ego; con él vienen todos sus trastornos. ¿De qué le sirve a usted atribuir a los aconteceres de la vida la causa de la miseria, la cual está en realidad dentro de usted?. ¿Qué felicidad puede usted obtener de las cosas exteriores a usted mismo?. Y cuando usted la obtiene, ¿cuánto puede durar?.

Si usted niega el ego y lo abrasa ignorándole, usted será libre. Si usted le acepta, él le impondrá limitaciones y le arrojará a usted en una vana lucha para transcenderlas. Ser el Sí mismo, que usted realmente es, es el único medio de realizar la felicidad que es siempre suya[3].

Pregunta: Si de verdad no hay ni esclavitud ni liberación, ¿cuál es la razón de la experiencia actual de alegrías y aflicciones?.

Respuesta: Parecen ser reales solamente cuando uno se aleja de su naturaleza real. No existen realmente.

Pregunta: ¿Se ha creado el mundo para la felicidad o la miseria?.

Respuesta: La creación no es ni buena ni mala; es lo que es. Es la mente humana la que pone toda suerte de construcciones sobre ella, viendo las cosas desde su propio ángulo e interpretándolas del modo que convenga a sus propios intereses. Una mujer es una mujer, pero una mente la llama «madre», otra «hermana», y otra «tía» y así sucesivamente. Los hombres aman a las mujeres, odian a las serpientes, y son indiferentes a las hierbas y a las piedras junto al camino. Estos juicios de valor son la causa de la miseria en el mundo. La creación es como un árbol pipala: los pájaros vienen a comer su fruto, o a cobijarse bajo sus ramas, los hombres se refrescan a su sombra, pero algunos pueden también ahorcarse en él. Sin embargo, el árbol continúa llevando su apacible vida, desinteresado e inconsciente de todos los usos que se le dan. Es la mente humana la que crea sus propias dificultades y después pide socorro. ¿Es Dios tan parcial como para dar paz a una persona y aflicción a otra?. En la creación hay sitio para todo, pero el hombre se niega a ver el bien, lo saludable y lo bello. En

lugar de ello, siempre está quejándose, como el hambriento que se sienta junto al plato sabroso y que, en lugar de tender su mano para satisfacer su hambre, continúa lamentándose, «¿De quién es la culpa, de Dios o del hombre?»[5].

Pregunta: Si Dios es todo, ¿por qué el individuo sufre por sus acciones? ¿No son las acciones por las cuales se hace sufrir al individuo suscitadas por Dios?.

Respuesta: El que piensa que *él* es el que hace es también el que sufre.

Pregunta: Pero las acciones son suscitadas por Dios y el individuo es sólo su instrumento.

Respuesta: Esta lógica se aplica solamente cuando se sufre, pero no cuando se goza. Si la convicción prevalece siempre, entonces no habrá ningún sufrimiento.

Pregunta: ¿Cuándo cesara el sufrimiento?.

Respuesta: No hasta que se pierda la individualidad. Si tanto las acciones buenas como las malas son suyas (de Dios), ¿por qué piensa usted que sólo el disfrute y el sufrimiento son de usted?. El que hace el bien o el mal, también disfruta el goce o sufre el dolor. Déjelo estar y no sobreimponga el sufrimiento sobre usted mismo[6].

Pregunta: ¿Cómo puede usted decir que el sufrimiento es no-existente?. Yo lo veo por todas partes.

Respuesta: La propia realidad de uno, la cual brilla dentro de todos como el Corazón, es ella misma el océano de felicidad sin mezcla. Por lo tanto, lo mismo que el azul irreal del cielo, la miseria no existe en realidad sino solamente es mera imaginación. Puesto que la propia realidad de uno, la cual es el sol de *jnana* , a la que no puede acercarse la obscura ilusión de la ignorancia, brilla ella misma como felicidad, la miseria no es nada sino una ilusión causada por el sentido irreal de la individualidad. En verdad nadie ha experimentado nunca ninguna otra cosa que esa ilusión irreal. Si se indaga el propio Sí mismo, el cual es felicidad, no habrá ninguna miseria en absoluto en la vida de uno. Uno sufre debido a la idea de que el cuerpo, el cual jamás es uno mismo, es «yo»; todo el sufrimiento se debe a esta ilusión.

Pregunta: Yo sufro tanto en la mente como en el cuerpo. Desde el día de mi nacimiento jamás he tenido felicidad. Mi madre también sufrió desde el tiempo en que me concibió, he oído. ¿Por qué sufro así?. Yo no he pecado en esta vida. ¿Se debe todo esto a los pecados de vidas pasadas?.

Respuesta: Usted dice que la mente y el cuerpo sufren. ¿Pero hacen ellos las preguntas? ¿Quién es el preguntador? ¿No es el que está más allá de la mente y del cuerpo?. Usted dice que el cuerpo sufre en esta vida y pregunta si la causa de esto es la vida anterior. Si eso es así entonces la causa de esa vida es la anterior a ella, y así sucesivamente. De modo que, como en el caso de la semilla y el brote, no hay ningún fin para la serie causal. Hay que decir que todas las vidas tienen su primera causa en la ignorancia. Esa misma ignorancia está presente inclusive ahora, dando forma a esta pregunta. Esa ignorancia debe ser disuelta por *jnana*.

«¿Por qué y a quién ha venido este sufrimiento?». Si usted pregunta así encontrará que el «Yo» está separado de la mente y del cuerpo, que el Sí mismo es el único ser eterno, y que es felicidad eterna, Eso es *jnana* [8].

Pregunta: Yo sufro de malestares sin fin; no hay ninguna paz para mí, aunque no me falta de nada para ser feliz.

Respuesta: ¿Estos malestares le afectan a usted en el sueño profundo?.

Pregunta: No, no me afectan.

Respuesta: ¿Es usted el mismo hombre ahora, o es usted diferente del que estaba dormido sin ningún malestar?.

Pregunta: Sí, yo soy la misma persona.

Respuesta: Entonces ciertamente esos malestares no le pertenecen a usted. Es su propia culpa si usted asume que son suyos[9].

Pregunta: Cuando sufrimos aflicción y nos quejamos y apelamos a usted por carta o mentalmente por la plegaria, ¿no es usted movido a sentir lástima de que su hijo sufra de esta manera?.

Respuesta: Si uno sintiera así ese uno no sería un *jnani* [10].

Pregunta: Nosotros vemos sufrimiento en el mundo. Un hombre está hambriento. Es una realidad física, y como tal, es muy real para él. ¿Tenemos nosotros que llamarlo un sueño y permanecer impasibles ante su sufrimiento?.

Respuesta: Desde el punto de vista de *jnana* o la realidad, el sufrimiento de que usted habla es ciertamente un sueño, como lo es el mundo del cual el sufrimiento es una parte infinitesimal. En el sueño también usted mismo siente hambre. Usted ve a otros sufriendo hambre. Usted se alimenta a usted mismo y, movido por la piedad, alimenta a otros a quienes usted encuentra sufriendo de hambre. Mientras el sueño dura, todos esos sufrimientos de hambre son tan completamente reales como usted ahora piensa que lo es el sufrimiento que usted ve en el mundo. Es solamente cuando usted se despierta cuando usted descubre que el sufrimiento en sueño era irreal. Usted puede haber comido hasta hartarse y haberse ido a dormir. Usted sueña que trabaja mucho y mucho tiempo bajo el sol abrasador todo el día, esta cansado y hambriento y quiere comer un montón. Entonces usted se levanta y encuentra que su estómago está lleno y que usted no se ha movido de su cama. Pero todo esto no quiere decir que mientras que usted está en el sueño puede actuar como si el sufrimiento que usted siente no fuera real. El hambre en el sueño tiene que ser satisfecha por la comida en el sueño. A los congéneres que usted encontró tan hambrientos en el sueño ha de proveérseles comida en ese sueño. Usted nunca puede mezclar los dos estados, el sueño y el estado de vigilia. Hasta que usted alcance el estado de *jnana* y despierte así de esta *maya*, usted debe hacer servicio social aliviando el sufrimiento dondequiera que lo vea. Pero inclusive entonces usted debe hacerlo, como se nos ha dicho, sin *ahamkara*, es decir sin el sentido «yo soy el hacedor», sino sintiendo, «yo soy el instrumento del Señor». Similarmente, uno no debe envanecerse y pensar, «yo estoy ayudando a un hombre por debajo de mí. Él necesita ayuda. Yo estoy en situación de ayudar. Yo soy superior y él inferior». Usted debe ayudar al hombre como un medio de adorar a Dios en ese hombre. Tal

servicio es también para el Sí mismo, no para algún otro. Usted no está ayudando a nadie más, sino solamente a usted mismo[11].

Pregunta: En el caso de personas que no son capaces de una meditación larga, ¿no será suficiente si se entregan a hacer el bien a los demás?.

Respuesta: Sí, lo será. La idea del bien estará en su corazón. Eso es suficiente. El bien, Dios, el amor, son todos la misma cosa. Si la persona se mantiene pensando continuamente en cualquiera de éstos, eso será suficiente. Toda meditación tiene el propósito de mantener apartados todos los demás pensamientos[12].

Pregunta: Así pues, ¿se debe intentar aliviar el sufrimiento, inclusive si se sabe que en último recurso es no-existente?.

Respuesta: Jamás ha habido y jamás habrá un tiempo en el cual todos sean igualmente felices o ricos o sabios o sanos. De hecho ninguno de estos términos tiene ningún significado excepto en la medida en que existe su opuesto. Pero eso no quiere decir que si usted se cruza con alguien que es menos feliz o más miserable que usted,, usted no se mueva a compasión o a tratar de aliviarle lo mejor que pueda. Por el contrario, usted debe amar a todos y ayudar a todos, puesto que solamente de esa manera puede ayudarse a usted mismo. Cuando usted busca reducir el sufrimiento de algún hombre u otra criatura, tanto si sus esfuerzos lo logran como si no, usted está madurando espiritualmente, especialmente si tal servicio se hace desinteresadamente, no con el sentimiento egotista de «yo estoy haciendo esto», sino en el espíritu de «Dios está haciéndome el canal de este servicio; él es el hacedor y yo soy el instrumento»[13].

Si se sabe la verdad de que todo lo que uno da a los demás está dándolo solamente a uno mismo, ¿quién en verdad no será una persona virtuosa y hará el acto bueno de dar a otros?. Puesto que todos son el propio Sí mismo de uno, quienquiera que hace algo a alguien estará haciéndolo solamente a sí mismo[14].

Pregunta: Hay extensos desastres que causan ruina en el mundo, por ejemplo el hambre y la pestilencia. ¿Cuál es la causa de este estado de cosas?.

Respuesta: ¿A quién aparece todo esto?.

Pregunta: Eso no funcionará. Yo veo miseria por todas partes.

Respuesta: Usted no es consciente del mundo y sus sufrimientos en su sueño profundo pero es consciente de ellos ahora en su estado de vigilia. Continúe en ese estado en el cual usted no era afligido por ellos. Es decir, cuando usted no es consciente del mundo, sus sufrimientos no le afectan a usted. Cuando usted permanezca como el Sí mismo, como en el sueño profundo, el mundo y sus sufrimientos no le afectarán. Por lo tanto mire adentro. ¡Vea el Sí mismo!. Entonces habrá un fin del mundo y sus miserias.

Pregunta: Pero eso es egoismidad.

Respuesta: El mundo no es externo. Debido a que usted se identifica a usted mismo erróneamente con el cuerpo usted ve el mundo afuera, y sus sufrimientos devienen visibles para usted. Pero no son reales. Busque la realidad y deshágase de este sentimiento irreal.

Pregunta: Hay grandes hombres, servidores públicos, que no pueden resolver el problema de la miseria del mundo.

Respuesta: Están centrados en el ego y eso explica su incapacidad. Si permanecieran en el Sí mismo serían diferentes.

Pregunta: ¿Por qué no ayudan los *Mahatmas*?.

Respuesta: ¿Cómo sabe usted que no ayudan?. Las charlas públicas, la actividad física y la ayuda material son todas sobrepasadas por el silencio de los *mahatmas*. Ellos hacen más que los demás.

Pregunta: ¿Qué tenemos que hacer para mejorar la condición del mundo?.

Respuesta: Si usted permanece libre de sufrimiento, no habrá ningún sufrimiento en ninguna parte. El trastorno ahora se debe a que usted ve el mundo externamente y también al pensamiento de que hay sufrimiento en él. Pero tanto el mundo como el sufrimiento están dentro de usted. Si usted mira dentro no habrá ningún sufrimiento.

Pregunta: Dios es perfecto. ¿Por qué ha creado el mundo imperfecto?. La obra participa de la naturaleza del autor. Por qué aquí no es así.

Respuesta: ¿Quién es quién hace la pregunta?.

Pregunta: Yo —el individuo.

Respuesta: ¿Es usted aparte de Dios para que usted haga esta pregunta?. Mientras usted se considera a usted mismo el cuerpo, usted ve el mundo como externo y las imperfecciones le aparecen a usted. Dios es perfección. Su obra también es perfección. Pero usted lo ve como imperfección debido a su identificación errónea.

Pregunta: ¿Por qué el Sí mismo se ha manifestado como este mundo miserable?.

Respuesta: A fin de que usted pueda buscarlo. Sus ojos no pueden verse a sí mismos. Coloque un espejo ante ellos y entonces se ven a sí mismos. Similarmente con la creación.

«Véase a usted mismo primero y entonces vea la totalidad del mundo como el Sí mismo».

Pregunta: Así pues, todo equivale a esto —que debo mirar siempre dentro.

Respuesta: Sí.

Pregunta: ¿No debo ver el mundo en absoluto?.

Respuesta: A usted no se le instruye para que cierre sus ojos al mundo. Usted solamente tiene que «verse a usted mismo primero y entonces ver la totalidad del mundo como el Sí mismo». Si usted se considera a usted mismo el cuerpo entonces el mundo parece ser externo. Si usted es el Sí mismo entonces el mundo aparece como *Brahman*[15].

Pregunta: ¿Cuál es la mejor manera de trabajar por la paz en el mundo?.

Respuesta: ¿Qué es el mundo? ¿Qué es la paz, y quién es el que trabaja (por la paz)?. El mundo no está en su sueño profundo y forma una proyección de su mente en su *jagrat* [estado de vigilia]. Es por lo tanto una idea y nada más. La paz es ausencia de perturbación. La perturbación se debe al surgimiento de los pensamientos en el individuo, lo cual es solamente la emergencia del ego desde la pura consciencia.

Suscitar la paz significa estar libre de pensamientos y permanecer como la pura consciencia. Solamente si uno mismo permanece en paz, hay paz por todas partes.

Pregunta: Si se plantea hacer algo que uno considera injusto y salvar con ello a alguien de un gran daño, ¿debe uno hacerlo o no?.

Respuesta: ¿Qué es injusto y qué es justo?. No hay ningún patrón por el cual juzgar que una cosa es justa y otra injusta. Las opiniones difieren acordemente a la naturaleza del individuo y acordemente al entorno ambiente. Son nuevamente ideas y nada más. No se preocupe por ellas, en lugar de ello deshágase de los pensamientos. Si usted permanece siempre en lo justo, entonces lo justo prevalecerá en el mundo[16].

Pregunta: ¿No será diferente la conducta justa para asegurar la salvación?.

Respuesta. ¿La salvación para quién? ¿Quién quiere la salvación?. ¿Y cuál es la conducta justa? ¿Qué es la conducta? ¿Y qué es justo? ¿Quién tiene que juzgar lo que es justo y lo que es injusto?. De acuerdo con los *samskaras* anteriores, cada uno considera justa una cosa u otra. Solamente cuando se conoce la realidad puede conocerse la verdad sobre lo justo y lo injusto. El camino mejor es descubrir quién quiere esta salvación. Seguir el rastro a este «quién» o ego hasta su fuente original es la conducta justa para todo el mundo.

Pregunta: ¿No conducirá a la salvación la práctica de la buena conducta [*nitya karmas*]. Varios libros afirman que lo hará.

Respuesta: Así se dice en los libros. ¿Quién niega que la buena conducta es buena o que eventualmente le conducirá a usted a la meta?. La buena conducta o *sat karma* purifica *chitta* o la mente y le da a usted *chitta suddhi* [mente pura]. Le mente pura alcanza *jnana*, lo cual es lo que se entiende por salvación. Así pues, eventualmente, debe alcanzarse *jnana*, es decir, el ego debe ser rastreado hasta su fuente. Pero para aquellos a quienes no atrae esto, tenemos que decir que *sat karma* [buena conducta] conduce a *chitta suddhi*, y *chitta suddhi* conducirá al justo conocimiento o *jnana*, y eso a su vez da la salvación[17].

Pregunta: ¿Qué hay sobre los motivos? ¿No son importantes los motivos del cumplimiento de las acciones?.

Respuesta: Todo lo que se hace con amor, con justa pureza y con paz de mente, es una buena acción. Todo lo que se hace con la mancha del deseo y con la mente llena de agitación se clasifica como una mala acción. No haga ninguna buena acción [*karma*] a través de un mal medio, pensando «Es suficiente con que dé buen fruto». Debido a que, si el medio es malo, inclusive una buena acción resultará ser mala. Por lo tanto, incluso los medios de hacer las acciones deben ser puros[18].

Pregunta: Sankara dice que todos nosotros somos libres, no esclavos, y que todos nosotros regresaremos a Dios de quien hemos venido como chispas de un fuego. ¿Por qué entonces no debemos cometer todo tipo de pecados?.

Respuesta: Es verdad que nosotros no somos esclavos y que el Sí mismo no tiene ninguna esclavitud. Es verdad que usted regresará eventualmente a su fuente. Pero mientras tanto, si usted comete pecados, como usted los llama, usted tendrá que hacer frente a las consecuencias de tales pecados. Usted no puede escapar de ellas. Si un hombre le golpea, ¿puede usted decir, «Yo soy libre, no estoy esclavizado por estos golpes y no siento ningún dolor. Que golpee lo que quiera»?. Si usted puede sentir eso, usted puede continuar haciendo lo que quiera. ¿Cuál es la utilidad de decir meramente con sus labios «yo soy libre»? [19].

Pregunta: Se dice que todo el universo es el juego de la consciencia de Dios y que todas las cosas están llenas de *Brahman*. ¿Por qué debemos decir entonces que deben desecharse los malos hábitos y las malas prácticas?.

Respuesta: Suponga que hay alguna herida en el cuerpo humano. Si usted la descuida, asumiendo que es solamente una pequeña parte del cuerpo, causa dolor a todo el cuerpo. Si no es curada por el tratamiento ordinario, debe venir el médico, cortar la porción afectada con un bisturí y limpiar las impurezas. Si no se corta la parte enferma se infectará. Si usted no la venda después de operar, se formará pus. Ocurre lo mismo con la conducta. Los malos hábitos y la mala conducta son como una

herida en el cuerpo. A cada enfermedad debe dársele un tratamiento apropiado[20].

Pregunta: Así pues, ¿debe uno adherirse a los códigos de comportamiento convencionales?.

Respuesta: Mientras las observaciones prescritas para la auto-disciplina [*niyamas*] le ayuden a uno en una considerable medida, merece la pena aceptarlas y seguirlas. Pero si se encuentra que obstruyen la práctica superior de la indagación del verdadero conocimiento, abandónelas inmediatamente como deficientes.

CAPÍTULO 21. KARMA, DESTINO Y LIBRE ALBEDRÍO

La teoría del *karma* es común a muchas religiones orientales. En su forma popular afirma que hay un sistema de remuneración universal en el cual cada individuo debe experimentar las consecuencias de todas sus acciones [*karmas*]; las buenas acciones aportarán buenos resultados y las malas acciones resultarán inevitablemente en sufrimiento para el que las hace. La teoría afirma también que las consecuencias de las acciones [conocidas también como *karmas*] no necesitan necesariamente ser experimentadas en la vida presente, sino que pueden trasladarse a vidas futuras. Debido a esto, se han postulado varias subdivisiones del *karma*. La siguiente clasificación, la cual fue usada por Sri Ramana, es común a muchas escuelas de pensamiento Hindú:

1 *Sanchita karma*: El almacén de deudas *kármicas* acumuladas de nacimientos anteriores.

2 *Prarabdha karma*: Esa parte del propio *sanchita karma* que debe agotarse en la vida presente. Debido a que la ley del *karma* implica el determinismo en las actividades humanas, *prarabdha* se traduce a menudo como destino.

3 *Agami karma*: El nuevo *karma* acumulado en la vida presente, el cual se traslada a vidas futuras.

Sri Ramana aceptaba la validez de las leyes del *karma*, pero decía que eran aplicables solamente mientras una persona imaginaba que estaba separada del Sí mismo. En este nivel (el nivel del *ajnani*) decía que los individuos pasarán por una serie de actividades y experiencias pre-ordenadas, todas las cuales son las consecuencias de actos y pensamientos anteriores. Ocasionalmente decía inclusive que cada acto y experiencia en la vida de una persona se determina en el nacimiento y que la única libertad que se tiene es darse cuenta de que no hay nadie actuando ni nadie experimentando. Sin embargo, una vez que se realiza el Sí mismo no queda nadie para experimentar las consecuencias de las acciones y así toda la estructura de las leyes *kármicas* deviene entonces superflua.

Sri Ramana consideraba la ley del *karma* como una manifestación de la voluntad de Dios. Decía que antes de la realización del Sí mismo hay un Dios personal, *Iswara*, que controla el destino de cada persona. Es *Iswara* quien ha ordenado que cada uno debe sufrir las consecuencias de sus acciones y es *Iswara* quien selecciona las consecuencias de las actividades que cada persona debe padecer en cada vida. No se puede escapar de la jurisdicción de *Iswara* mientras uno todavía se identifica con las actividades del cuerpo. La única vía para devenir libre de su autoridad es trascender el *karma* completamente realizando el Sí mismo.

Pregunta: ¿Es posible, mientras existe el cuerpo, rebasar el *prarabdha karma*, el cual se dice que dura hasta el fin del cuerpo?.

Respuesta: Sí. Si el agente de quien depende el *karma*, es decir el ego, se sumerge en su fuente y pierde su forma, ¿cómo puede el *karma*, el cual depende de él, sobrevivir?. Cuando no hay ningún «yo» no hay ningún *karma*[1].

Pregunta: Se dice que el *prarabdha karma* es solamente una pequeña fracción del *karma* acumulado en vidas anteriores. ¿Es esto verdad?.

Respuesta: Un hombre puede haber hecho muchos *karmas* es sus nacimientos anteriores. Sólo unos pocos de éstos serán escogidos para este nacimiento y él tendrá que gustar sus frutos en este nacimiento. Es como una proyección de diapositivas donde el que las proyecta escoge unas cuantas diapositivas para exhibirlas, y las diapositivas restantes se reservan para otra sesión. Todo este *karma* puede ser destruido adquiriendo el conocimiento del Sí mismo. Los diferentes *karmas* son las diapositivas, siendo los *karmas* el resultado de las experiencias pasadas, y la mente es el proyector. El proyector debe ser destruido de modo que ya no haya ninguna otra reflexión y ningún nacimiento ni muerte[2].

Pregunta: ¿Quién es el que proyecta? ¿Cuál es el mecanismo que selecciona una pequeña porción del *sanchita karma* y que decide entonces que será experimentada como *prarabdha karma*?.

Respuesta: Los individuos tienen que sufrir sus *karmas* pero *Iswara* dispone los mejores de sus *karmas* para su propósito. Dios manipula los frutos del *karma* pero no agrega ni quita nada. El subconsciente del hombre es un almacén de buen y de mal *karma*. *Iswara* elige de este almacén lo que ve que será más idóneo para la evolución espiritual en el tiempo de cada hombre, bien sea agradable o penoso. Así no hay nada arbitrario[3].

Pregunta: En *Upadesa Saram* usted dice que el *karma* da fruto por la ordenación de Dios [*karta*]. ¿Significa esto que nosotros cosechamos las consecuencias del *karma* debido solamente a que Dios lo quiere?.

Respuesta: En este verso *karta* [Dios] significa *Iswara*. Él es el que distribuye los frutos de las acciones a cada persona acordemente a su *karma*. Eso significa que él es el *Brahman* manifestado. El *Brahman* real es no-manifestado y sin movimiento. Es solamente el *Brahman* manifestado el que se nombra como *Iswara*. Él da fruto a cada persona de acuerdo con sus acciones [*karma*]. Eso significa que *Iswara* es solamente un

agente y que da salarios acordemente a la labor hecha. Eso es todo. Sin esta *sakti* [poder] de *Iswara*, este *karma* no tendría lugar. Por eso se dice que este *karma* es por sí mismo inerte[4].

Pregunta: Las experiencias presentes son el resultado del *karma* pasado. Si nosotros conocemos los errores cometidos antes, podemos rectificarlos.

Respuesta: Si se rectifica un error queda todo el *sanchita karma* de los nacimientos anteriores, el cual continuará dándole a usted innumerables nacimientos. De modo que ese no es el procedimiento. Cuanto más poda usted una planta, tanto más vigorosamente crece. Cuanto más rectifica usted su *karma*, tanto más se acumula. Encuentre la raíz del *karma* y córtela[5].

Pregunta: ¿Significa la teoría del *karma* que el mundo es el resultado de la acción y reacción?. Si es así, ¿la acción y reacción de qué?.

Respuesta: Hasta la realización habrá *karma*, es decir acción y reacción. Después de la realización no habrá ningún *karma* y ningún mundo[6].

Pregunta: Si yo no soy el cuerpo, ¿por qué soy responsable de las consecuencias de mis buenas y malas acciones?.

Respuesta: Si usted no es el cuerpo y no tiene la idea «yo soy el hacedor», las consecuencias de sus buenas o malas acciones no le afectarán. ¿Por qué dice usted sobre las acciones que el cuerpo lleva a cabo «yo hago esto» o «yo hice aquello»?. Mientras usted se identifica con el cuerpo de esta manera usted es afectado por las consecuencias de las acciones, es decir, mientras usted se identifica con el cuerpo usted acumula *karma* bueno y malo.

Pregunta: Pero puesto que yo no soy el cuerpo yo no soy realmente responsable de las consecuencias de las acciones buenas o malas.

Respuesta: Si usted no es, ¿por qué se preocupa usted por la cuestión?[7].

Pregunta: En algunos lugares se afirma que el esfuerzo humano es la fuente de toda fuerza y que puede inclusive transcender el *karma*. En otros se dice que todo es gracia divina. No está claro cual de ellos es correcto.

Respuesta: Sí, algunas escuelas de filosofía dicen que no hay ningún otro Dios que los *karmas* del nacimiento anterior, que el *karma* hecho en el presente nacimiento de acuerdo con las escrituras se conoce como *purushakara* [esfuerzo humano], que los *karmas* anteriores y presentes se enfrentan como carneros y que el que es más débil es eliminado. Por eso es por lo que las gentes dicen que se debe fortalecer el *purushakara*. Si se pregunta a tales gentes cuál es el origen del *karma*, dicen que una tal pregunta no debe formularse porque es como la eterna cuestión, «¿Cuál fue primero, la semilla o el árbol?».

Los debates tales como éste son meros argumentos que jamás pueden llegar a la verdad final. Por eso es por lo que yo digo que primero descubra quién es usted. Si uno pregunta «¿Quién soy yo? ¿Cómo he obtenido este *dosha* [fallo] de la vida?», el «yo» se sumergirá y uno realizará el Sí mismo. Si uno hace esto adecuadamente la idea de *dosha* será eliminada y se obtendrá la paz. ¿Por qué siquiera «se obtendrá»?. El Sí mismo permanece siempre lo que es[8].

La esencia del *karma* es conocer la verdad de uno mismo indagando «¿Quién soy yo, el hacedor, que comienza a hacer *karmas*?». A menos que el hacedor de los *karmas*, el ego, sea aniquilado a través de la indagación, no puede lograrse la paz perfecta de la felicidad suprema, lo cual es el resultado del *karma yoga*.

Pregunta: ¿Pueden las gentes borrar las consecuencias de sus malas acciones haciendo *mantras* o *japa* o tendrán que experimentarlas necesariamente?.

Respuesta: Si el sentimiento «yo estoy haciendo *japa*» no está aquí, las malas acciones cometidas por un hombre no se fijarán a él. Si el sentimiento «yo estoy haciendo el *japa*» está aquí, las consecuencias de las malas acciones persistirán.

Pregunta. ¿No extingue *punya* [el mérito acumulado de los actos virtuosos] *papa* [el demérito acumulado de los actos pecaminosos]?.

Respuesta: Mientras el sentimiento «yo estoy haciendo» está aquí, uno debe experimentar el resultado de sus actos, bien sean buenos o malos. ¿Cómo es posible borrar un acto con

otro?. Cuando el sentimiento de que «yo estoy haciendo» se pierde, nada afecta a un hombre. A menos que uno realice el Sí mismo el sentimiento «yo estoy haciendo» jamás se desvanecerá. Para el que realiza el Sí mismo, ¿dónde está la necesidad del *japa*? ¿dónde está la necesidad de *tapas*?. Debido a la fuerza del *prarabdha* la vida continúa, pero el que ha realizado el Sí mismo ya no desea nada.

El *prarabdha karma* es de tres categorías, *iccha aniccha* y *pareccha* [personalmente deseado, sin deseo y debido al deseo de los demás]. Para el que ha realizado el Sí mismo, ya no hay ningún *iccha-prarabdha*, pero los otros dos, *aniccha* y *pareccha*, permanecen. Todo lo que un *jnani* hace es para los demás solamente. Si hay cosas que tiene que hacer para los demás, él las hace pero los resultados no le afectan. Haga lo que haga, no hay ningún *punya* [mérito] y ningún *papa* [demérito] en ello. Hace solamente lo que es más apropiado según el patrón del mundo aceptado —nada más[10].

Aquellos que saben que lo que tienen que experimentar en esta vida es solamente lo que ya está destinado en su *prarabdha* nunca se sentirán perturbados por lo que ha de ser experimentado. Saben que todas las experiencias le son impuestas a uno tanto si las quiere como si no[11].

Pregunta: El hombre realizado no tiene ningún *karma.* No está sujeto por su *karma*. ¿Por qué debe permanecer aún dentro de su cuerpo?.

Respuesta: ¿Quién hace esta pregunta? ¿Es el hombre realizado o el *ajnani*? ¿Por qué le preocupa a usted lo que *jnani* hace o si hace algo?. Mírese a usted mismo. Usted está ahora bajo la impresión de que usted es el cuerpo, de modo que usted piensa que el *jnani* también tiene un cuerpo. ¿Dice el *jnani* que tiene un cuerpo?. Puede parecerle a usted como si él tuviera un cuerpo y puede parecer estar haciendo cosas con el cuerpo, como hacen otros, pero él mismo sabe que él es sin cuerpo. La cuerda quemada todavía parece una cuerda, pero no sirve como cuerda si usted intenta atar algo con ella. Un *jnani* es así —puede parecer como las demás gentes, pero esto es solamente una apariencia exterior. Mientras uno se identifica a sí mismo

con el cuerpo, todo esto es difícil de comprender. Por eso es por lo que a veces se dice en respuesta a tales preguntas, «El cuerpo del *jnani* continuará hasta que la fuerza del *prarabdha* se agote, y después de que el *prarabdha* se agote se vendrá abajo». Una ilustración usada en conexión con esto es la de una flecha ya disparada, la cual continuará avanzando y golpeará en su blanco. Pero la verdad es que el *jnani* ha transcendido todos los *karmas*, incluyendo el *prarabdha karma*, y no está sujeto por el cuerpo o sus *karmas*[12].

No existe ni un ápice de *prarabdha* para aquellos que presencian ininterrumpidamente el espacio de la consciencia, la cual siempre brilla como «Yo soy», la cual no está confinada en el vasto espacio físico, y la cual penetra por todas partes sin limitaciones. Tal sólo es el significado del antiguo dicho, «No hay ningún destino para aquellos que alcanzan o experimentan los cielos»[13].

Pregunta: Si una cosa viene a mí sin que yo haga ningún plan ni trabaje por ella y yo la disfruto, ¿no habrá ninguna mala consecuencia de ello?.

Respuesta: Eso no es así. Todo acto debe tener sus consecuencias. Si algo le sale al paso en razón del *prarabdha*, usted no puede impedirlo. Si usted toma lo que viene, sin ningún apego especial, y sin ningún deseo de más de lo mismo o de una repetición de ello, ello no le perjudicará a usted conduciéndole a posteriores nacimientos. Por el contrario, si usted lo disfruta con gran apego y desea naturalmente más de lo mismo, ello no podrá evitar conducir a más y más nacimientos[14].

Pregunta: Según la ciencia astrológica, se hacen predicciones sobre los aconteceres por venir tomando en cuenta la influencia de las estrellas. ¿Es eso verdadero?.

Respuesta: Mientras usted tiene el sentimiento de ser un ego todo eso es verdad. Cuando el sentido del ego se destruye todo eso es no-verdadero.

Pregunta: ¿Significa eso que la astrología no será verdadera en el caso de aquellos cuyo sentido del ego se ha destruido?.

Respuesta: ¿Quién queda para decir que no será verdadera?. Habrá visión solamente si hay uno que ve. En el caso de

aquellos cuyo sentido del ego se destruye, inclusive si parecen ver en realidad no ven[15].

El destino es el resultado de la acción pasada. Concierne al cuerpo. Deje que el cuerpo actúe según su contento. ¿Por qué se interesa usted en él? ¿Por qué le presta usted atención?. Si algo acontece, acontece como el resultado de las acciones pasadas de uno, de la voluntad divina y de otros factores[16].

Pregunta: Se dice que el presente se debe al *karma* pasado. ¿Podemos transcender el *karma* pasado por nuestra libre voluntad ahora?.

Respuesta: Vea lo que el presente es. Si usted hace esto, usted comprenderá lo que es afectado por un pasado o un futuro, lo que es siempre-presente y siempre libre y lo que permanece inafectado por el pasado o el futuro o por cualquier *karma* pasado[17].

Pregunta: ¿Hay una cosa tal como la libre voluntad?.

Respuesta: ¿La libre voluntad de quién?. Mientras hay el sentido de ser el autor hay el sentido del disfrute y de la libre voluntad individual. Pero si este sentido se pierde a través de la práctica de la indagación [*vichara*], la voluntad divina actuará y guiará el curso de los aconteceres. El sino es vencido por *jnana*, el conocimiento del Sí mismo, el cual está más allá de la voluntad y del sino[18].

Pregunta: Puedo comprender que los aconteceres relevantes en la vida futura de un hombre, tales como su país, nacionalidad, familia, carrera o profesión, matrimonio, muerte, etc., están todos predestinados por su *karma,* ¿pero puede ser que todos los detalles de su vida, hasta los más pequeños, hayan sido determinados?. Ahora, por ejemplo, yo pongo este abanico que está en mi mano aquí sobre el suelo. ¿Puede ser que estuviera ya decidido que en tal y tal día, a tal y tal hora, yo movería el abanico así y lo pondría aquí.

Respuesta: Ciertamente. Todo lo que este cuerpo tiene que hacer y todas las experiencias que tiene que pasar estaban ya decididas cuando vino a la existencia.

Pregunta: ¿Qué deviene entonces la libertad y la responsabilidad del hombre por sus acciones?.

Respuesta: La única libertad que el hombre tiene es para esforzarse y adquirir *jnana*, lo cual le permitirá no identificarse a sí mismo con el cuerpo. El cuerpo pasará por las acciones inevitables debidas al *prarabdha* y un hombre es libre bien sea para identificarse a sí mismo con el cuerpo y atarse a los frutos de sus acciones (del cuerpo), o bien para desatarse de él (del cuerpo) y ser un mero testigo de sus actividades[19].

Pregunta: Así pues, ¿la libre voluntad es un mito?.

Respuesta: La libre voluntad tiene su campo en asociación con la individualidad. Mientras la individualidad dura hay libre voluntad. Todas las escrituras se basan sobre este hecho y aconsejan dirigir la libre voluntad en la dirección justa.

Descubra a quién importa la libre voluntad o el destino. Descubra de dónde surgen, y more en su fuente. Si usted hace esto, ambos son transcendidos. Ese es el único propósito de discutir estas cuestiones. ¿A quién le vienen estas preguntas?. Descubra y sea en paz[20].

Pregunta: Si lo que está destinado a acontecer acontecerá, ¿hay alguna utilidad en la plegaria o el esfuerzo, o debemos permanecer ociosos?.

Respuesta: Hay solamente dos vías para conquistar el destino o ser independiente de él. Una es indagar para quién es este destino y descubrir que solamente el ego está sujeto al destino y no el Sí mismo, y que el ego es no-existente. La otra vía es matar al ego sometiéndolo completamente al Señor, dándose cuenta de la total impotencia de uno y diciendo todo el tiempo, «No yo sino tú, oh Señor», abandonando todo sentido de «yo» y «mío» y dejando que el Señor haga lo que quiera con usted. La sumisión jamás puede considerarse como completa mientras el devoto quiere esto o aquello del Señor. La verdadera sumisión es amor de Dios por el amor mismo y nada más, ni siquiera por causa de la liberación. En otras palabras, para conquistar el destino es necesaria la completa desaparición del ego por medio de la indagación de sí mismo [*atma-vichara*] o por medio de la *bhakti-marga*[24].

Notas y referencias

PRIMERA PARTE

EL SÍ MISMO

[1] S.Om (tr.), *The Original Writings of Sri Ramana, Ulladu Narpadu Anubandham* benedictory verse.

CAPÍTULO 1. LA NATURALEZA DEL SÍ MISMO

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p.123.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai,* vv.1036, 1034, 901, 438.
[3] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p.244.
[4] M. Venkataramiah, op. cit., p.243.
[5] Ibid., pp.110-111.
[6] D. Mudaliar, op. cit., p.296.
[7] Ibid., p.155.
[8] Muruganar, op. cit., v.1161.
[9] T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p.15.
[10] S. Nagamma, *Letters From Sri Ramanasramam* p.81.
[11] Muruganar, op. cit., vv.1056, 422.
[12] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.20.
[13] Muruganar, op. cit., vv.97, 99, 343.
[14] D. Mudaliar, op. cit., p.88.
[15] Ibid., p.65.
[16] S. Nagamma, op. cit., pp.310-11.
[17] 'Who', *Maha Yoga*, p.202.
[18] D. Mudaliar, op. cit., p.90.
[19] Ibid., p.79.
[20] Ibid., pp.90-1.
[21] S. Nagamma, op. cit., p.196.

[22] S. Natanananda, op. cit., p.21.
[23] M. Venkataramiah, op. cit., p.402.
[24] Ibid., p.31.
[25] Muruganar, op. cit., v.1029.
[26] M. Venkataramiah, op. cit., p.1.
[27] T.N. Venkataraman, op. cit., p.72.
[28] M. Venkataramiah, op. cit., pp.92-3.
[29] Ibid., p.93.
[30] Ibid., p.229.
[31] Muruganar, op. cit., v.435.

CAPÍTULO 2. CONSCIENCIA DE SÍ MISMO E IGNORANCIA DE SÍ MISMO

[1] T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 31-2.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi,* pp. 326-7.
[3] Ibid., pp. 91-2.
[4] Ibid., pp. 561-3.
[5] T.N. Venkataraman, op. cit., pp. 52-4.
[6] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 201.
[7] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 287.
[8] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 330-1.
[9] D. Mudaliar, op. cit., p. 74.
[10] S. Cohen, *Guru Ramana,* p. 63.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., p. 6.
[12] D. Mudaliar, op. cit. pp. 79-80.
[13] T.N. Venkataraman, op. cit., pp. 86-7.
[14] M. Venkataramiah, op. cit., p. 4.
[15] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 779.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 248-9.
[17] Ibid., pp. 128-9.
[18] D. Mudaliar, op. cit., p.148.
[19] M. Venkataramiah, op. cit., p. 615.
[20] Ibid., p. 589.
[21] Ibid., p. 564-5.

[22] D. Mudaliar. op. cit., pp. 15-16.
[23] S. Nagamma, op. cit., p. 130.

CAPÍTULO 3. EL JNANI

[1] K. Sastri, *Sat.Darshana Bhashya,* p. XX.
[2] T.N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel,* pp. 85-6.
[3] S. Cohen, *Guru Ramana,* pp. 101-2.
[4] T.N. Venkataraman, op. cit., pp. 60-2.
[5] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi,* p. 217.
[6] S. Cohen, op. cit., p. 100.
[7] S. Om (tr.), 'The Original Writings of Sri Ramana', *Ulladu Narpadu Anubandham,* v. 32.
[8] T.N. Venkataraman, op. cit., p. 88.
[9] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 349-50.
[10] S. Om, *Guru Vachaka Kovai Urai,* p. 360.
[11] M. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan,* pp. 189-90.
[12] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 479-80.
[13] K. Sastri, op. cit., pp. XXX-XXXI.
[14] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam,* p. 147.
[15] Ibid., pp. 139-41.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., p. 221.
[17] S. Cohen, op. cit., p. 101-2.
[18] M. Mudaliar, op. cit., p. 144.
[19] M. Venkataramiah, op. cit., p. 393.
[20] Ibid., p. 3.
[21] Ibid., p. 53.
[22] Ibid., p. 534.

SEGUNDA PARTE

INDAGACIÓN Y SUMISIÓN

[1] M. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan,* pp. 157.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 176.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai,* vv. 722, 731.

CAPÍTULO 4. INDAGARSE A SÍ MISMO — TEORÍA

[1] M. Spenser, 'Sri Bhagavan's letter to Ganapati Muni', *The Mountain Path,* 1982, vol. 19, p. 96.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 25.
[3] A. Osborne (ed.), *The Collected Works of Ramana Maharshi, Upadesa Saram,* vv. 19, 17, 18, p. 85.
[4] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 232-3.
[5] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel,* pp. 83-5.
[6] S. Cohen, *Guru Ramana,* p. 46.
[7] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 94-5.
[8] Ibid., pp. 154-5.
[9] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai,* vv. 42, 613.
[10] M. Venkataramiah, op. cit., p. 574.
[11] Ibid., pp. 244-5.
[12] S. Om (tr.), 'Ulladu *Narpadu – Kalivenba', The Mountain Path,* 1981, vol. 18, pp. 220, 219.
[13] S. Om (tr.), *The Path of Sri Ramana, Atmavidya Kirtanam*, v. 2, p. 45.
[14] M. Venkataramiah, op. cit., p. 357.
[15] Muruganar, op. cit., v. 756.
[16] T. N. Venkataraman. Op. cit., p. 51.
[17] Muruganar, op. cit., v. 294.
[18] M. Venkataramiah, op. cit., p. 130.

CAPÍTULO 5. INDAGARSE A SÍ MISMO — PRÁCTICA

[1] S. Abhishiktananda, *The Secret of Arunachala*, p.73.
[2] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. III-IV.
[3] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel,* p. 87.
[4] S. Om, *The Path of Sri Ramana,* pp.157, 159, 160, 163.
[5] P. Brunton, *A Searcha in Secret India*, pp.156-7.
[6] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* pp. 161-2.
[7] Ibid., pp. 571-2.
[8] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 73.
[9] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 43.
[10] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, pp. 25-7.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 184-5.
[12] Ibid., pp. 463-4.
[13] D. Mudaliar, op. cit., p. 31.
[14] M. Venkataraman, op. cit., p. 163.
[15] Ibid., p. 27.
[16] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 399.
[17] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 91.
[18] M. Venkataramiah, op. cit., p. 145.
[19] D. Mudaliar, op. cit., p. 7.
[20] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 582-3.
[21] D. Mudaliar, op. cit., p. 76.
[22] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 50.
[23] M. Venkataramiah, op. cit., p. 550.
[24] K. Sastri, op. cit., p. IX.
[25] M. Venkataramiah, op. cit., p. 470.
[26] Ibid., pp. 151-2.
[27] Ibid., pp. 332-3.
[28] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 35.
[29] Muruganar, op. cit., vv. 433, 1232.

CAPÍTULO 6. INDAGARSE A SÍ MISMO — ERRORES

[1] S. Om (tr.), '*Ulladu* Narpadu – *Kalivenba*', *The Mountain Path,* 1981, vol. 18, p. 217.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 162.
[3] Ibid., pp. 47-8.
[4] Ibid., p. 235.
[5] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 68.
[6] Ibid., pp. 192-3.
[7] M. Venkataramiah, op. cit., p. 202.
[8] Ibid., pp. 306-7.
[9] D. Mudaliar, op. cit., p. 72.
[10] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. VIII-IX.
[11] D. Mudaliar, op. cit., pp. 280-1.
[12] M. Venkataramiah, op. cit., pp.464-5.
[13] K. Sastri, op. cit., pp. XVII-XIX.
[14] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp.73-4.
[15] M. Venkataramiah, op. cit., p. 378.
[16] D. Mudaliar, op. cit., p. 202.
[17] M. Venkataramiah, op. cit., p. 229.
[18] Ibid., p. 488.
[19] 'Who', *Maha Yoga*, p. 197.
[20] D. Mudaliar, op. cit., p. 185.
[21] G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 5, v. 2.
[22] This description is given Astangahridayam, the Hindu medical work cited earlier in the chapter.
[23] M. Venkataramiah, op. cit., p. 116.
[24] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 251, 261, 257.

CAPÍTULO 7. LA SUMISIÓN

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 285.
[2] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 140.
[3] Ibid., p. 72.
[4] Ibid., p. 30.

[5] M. Venkataramiah, op cit., p. 334.
[6] Ibid., p. 322-3.
[7] D. Mudaliar, op. cit., p. 42.
[8] M. Venkataramiah, op. cit., p. 49.
[9] Ibid., p. 425.
[10] Ibid., p. 195.
[11] Ibid., p. 175.
[12] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam* pp. 181-3.
[13] M. Venkataramiah, op. cit., p. 69.
[14] S. Nagamma, op. cit., pp. 309-10.
[15] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 974, 652, 655.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., p. 219.
[17] Ibid., p. 133.
[18] Ibid., p. 69.
[19] Muruganar, op. cit., vv. 658, 657, 521, 520, 721, 1205, 472.
[20] S. Nagamma, op. cit., p. 18.
[21] Muruganar, op. cit., v. 683.
[22] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 24.
[23] D. Mudaliar, op. cit., p. 157.
[24] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 29-30.

TERCERA PARTE

EL GURÚ

[1] S. Om, *The Path of Sri Ramana*, p. 160.
[2] A. Osborne, *Ramana Maharshi and the Path of Self Knowledge*, p. 142.
[3] P. Brunton, *Conscious Immortality*, p. 35.

CAPÍTULO 8. EL GURÚ

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 36-7.
[2] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 2.

[3] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 169.
[4] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi* p. 554-5.
[5] 'Who', *Maha Yoga*, p. 193.
[6] S. Natanananda, op. cit., pp. 1-3.
[7] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 161.
[8] M. Venkataramiah, op. cit., p. 516.
[9] Sri Ramana escribió varios poemas en alabanza de la montaña de Arumachala. En algunos de los versos dice específicamente que ella era su Gurú, su Dios y su Sí mismo.
[10] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 67-8.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., p. 46.
[12] Ibid., p. 404.
[13] Ibid., p. 392.
[14] S. Nagamma, op. cit., p. 75.
[15] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 240-1.
[16] Ibid., p. 281.
[17] Ibid., pp. 20-1.
[18] Ibid., p. 242.
[19] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 270, 248, 799, 800, 324, 290.
[20] M. Venkataramiah, op. cit., p. 208.
[21] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, p. v.
[22] M. Venkataramiah, op. cit., p. 80.
[23] Ibid., p. 124.
[24] Ibid., p. 33.
[25] Ibid., p. 114.
[26] Ibid., p. 181.
[27] Ibid., p. 183.
[28] D. Mudaliar, *My Reminiscences*, p. 106.
[29] M. Venkataramiah, op. cit., p. 5.
[30] Ibid., p. 136.

CAPÍTULO 9. SILENCIO Y *SAT-SANGA*

[1] S. Om (tr.), 'The Original Writings of Sri Ramana', *Ulladu Narpadu Anubandham*, vv. 1-5.
[2] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 16.
[3] P. Brunton, *Conscious Inmortality*, pp. 141-2.
[4] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 286.
[5] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 402.
[6] Ibid., p. 501.
[7] Ibid., pp. 369-70.
[8] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 34-5.
[9] M. Venkataramiah, op. cit., pp.200-1.
[10] D. Mudaliar, op. cit., pp. 145-6.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 500-1.
[12] Ibid., pp. 74-5.
[13] Ibid., p. 528.
[14] Ibid., p. 135.
[15] Ibid., p. 177.
[16] Ibid., p. 123.
[17] Ibid., p. 572.
[18] Ibid., p. 247.
[19] Ibid., p. 318.
[20] P. Brunton, op. cit., p. 147.
[21] M. Venkataramiah, op. cit., p. 461.
[22] Ibid., p. 140.
[23] Ibid., p. 186.
[24] D. Mudaliar, op. cit., pp. 236-7.
[25] M. Venkataramiah, op. cit., p. 242.

CUARTA PARTE

MEDITACION Y YOGA

[1] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 78.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v.691.

CAPÍTULO 10. MEDITACIÓN Y CONCENTRACIÓN

[1] P. Brunton, *Conscious Inmortality*, p. 176.
[2] G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 7, vv. 26, 22.
[3] S. Om, *The Path of Sri Ramana*, p. 163.
[4] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 144-5.
[5] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 738-9.
[6] M. Venkataramiah, op. cit., p. 261.
[7] Ibid., p. 429.
[8] Ibid., p. 145.
[9] Ibid., pp. 255-6.
[10] S. Natanananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.13
[11] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 256-7.
[12] Ibid., p. 514.
[13] Ibid., p. 66.
[14] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 73-4.
[15] Ibid., p. 76.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., p. 337.
[17] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 81-2.
[18] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 169-70.
[19] Ibid., p. 28.
[20] Ibid., pp. 518-19.
[21] D. Mudaliar, *Day bu Day with Bhagavan*, p. 243.
[22] M. Venkataramiah, op. cit., p. 88.

CAPÍTULO 11. *MANTRAS* Y *JAPA*

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 25.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 417.
[3] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 146-7.
[4] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 416-17.
[5] D. Mudaliar, op. cit. p. 147.
[6] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 707.

[7] M. Venkataramiah, op. cit., p. 376.
[8] D. Mudaliar, op. cit., p. 210.
[9] Ibid., p. 229.
[10] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 202-3.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., p. 296.
[12] Ibid., pp. 507-8.
[13] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 25.
[14] Muruganar, op. cit., vv. 710, 709.
[15] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 2-3.
[16] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 75-6.
[17] G. Muni, *Sri Ramana Gita*, ch. 7, vv. 10, 11.
[18] M. Venkataramiah, op. cit., p. 508.

CAPÍTULO 12. LA VIDA EN EL MUNDO

[1] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 43.
[2] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 7-8.
[3] P. Brunton, *Conscious Immortality*, pp. 130-1.
[4] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 211-12.
[5] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 50.
[6] Ibid., p. 15.
[7] Ibid., p. 80.
[8] S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.17.
[9] P. Brunton, op. cit., pp. 123-4.
[10] Ibid., p. 133.
[11] Ibid., p. 43. The question about Sri Aurobindo ashram comes from the original manuscript of the book. It was deleted from the published version.
[12] Ibid., pp. 130-4o.
[13] Ibid., p. 31.
[14] 'Who', *Maha Yoga*, p. 204.
[15] S. Nagamma, op. cit., pp. 175-6.
[16] P. Brunton, op. cit., p. 32.
[17] Ibid., p. 62.

[18] M. Venkataramiah, op. cit., p. 20.
[19] P. Brunton, op. cit., pp. 11-12.
[20] S. Natanananda, op. cit., p. 14.

CAPÍTULO 13. EL YOGA

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 576.
[2] Ibid., p. 27.
[3] Ibid., p. 178.
[4] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 188-9.
[5] *Chitta-vritti-nirodha* is the second *sutra* of Patanjali's *Yoga Sutras*.
[6] 'Who', *Maha Yoga*, p. 194.
[7] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 417-18.
[8] Ibid., p. 26.
[9] S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p. 6.
[10] M. Venkataramiah, op. cit., p. 134.
[11] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 701.
[12] D. Mudaliar, op. cit., p. 32.
[13] Ibid., p. 47.
[14] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 373-4.
[15] D. Mudaliar, op. cit., pp. 14.15.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., p. 366.
[17] Ibid., pp. 575-6.
[18] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, pp. 35-6.
[19] 'Who', op. cit., p. 203.
[20] M. Venkataramiah, op. cit., p. 584.
[21] Ibid., p. 532.
[22] Muruganar, op. cit., v. 690.
[23] S. Nagamma, op. cit., p. 179.
[24] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 599-600.
[25] Ibid., p. 414.

[26] R. Swarnagiri, op. cit., pp. 30-1.
[27] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 34.
[28] 'Who', op. cit., pp. 197-8.
[29] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 34.
[30] M. Venkataramiah, op. cit., p. 484.

QUINTA PARTE

EXPERIENCIA

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 116-17.
[2] Ibid., p. 123.

CAPÍTULO 14. *SAMADHI*

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 357-8.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 898.
[3] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 42.
[4] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 89.
[5] Ibid., p. 88.
[6] Ibid., p. 87.
[7] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 116.
[8] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. XI-XII.
[9] M. Venkataramiah, op. cit., p. 79.
[10] S. Cohen, op. cit., pp. 89-90.
[11] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 269.
[12] Ibid., p. 270.
[13] S. Cohen, op. cit., p. 90.
[14] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 32.
[15] Muruganar, op. cit., v. 919.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 381-2.
[17] S. Cohen, op. cit., pp. 86-7.

[18] Muruganar, op. cit., vv. 893, 174.
[19] 'Who', *Maha Yoga*, pp. 202-3.
[20] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 34.
[21] S. Nagamma, op. cit., pp. 239-40.
[22] M. Venkataramiah, op. cit., p. 121.
[23] Muruganar, op. cit., v. 895.

CAPÍTULO 15. VISIONES Y PODERES SÍQUICOS

[1] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 357.
[2] Ibid., p. 550.
[3] Ibid., pp. 423-5.
[4] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 184-5.
[5] M. Venkataramiah, op. cit., p. 355.
[6] Ibid., pp. 278-9.
[7] Ibid., p. 442.
[8] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 46.
[9] D. Mudaliar, op. cit., p. 232.
[10] K. Sastri, *Sat-Darshana Bhashya*, pp. XXII.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., p. 552.
[12] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 1212.
[13] M. Venkataramiah, op. cit., p. 578.
[14] Muruganar, op. cit., vv. 219, 221, 222, 224.
[15] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 100.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., p. 487.
[17] Ibid., pp. 17-18.

CAPÍTULO 16. PROBLEMAS Y EXPERIENCIAS

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 33.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 314.

[3] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 22.
[4] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 251.
[5] D. Mudaliar, op. cit., p. 193.
[6] M. Venkataramiah, op. cit., p. 129.
[7] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 39.
[8] D. Mudaliar, op. cit., p. 182.
[9] P. Brunton, *Conscious Inmortality*, p. 202.
[10] T. N. Venkataraman, op. cit., pp. 43-4.
[11] D. Mudaliar, op. cit., pp. 237-8.
[12] M. Venkataramiah, op. cit., p. 179.
[13] Ibid., p. 55.
[14] Ibid., p. 549.
[15] Ibid., pp. 435-7.
[16] D. Mudaliar, op. cit., p. 198.
[17] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 36.
[18] D. Mudaliar, op. cit., pp. 169-70.
[19] M. Venkataramiah, op. cit., p. 394.

SEXTA PARTE

TEORÍA

[1] P. Brunton, *Conscious Inmortality*, p. 195.

CAPÍTULO 17...LAS TEORÍAS DE LA CREACIÓN Y LA REALIDAD DEL MUNDO

[1] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 132.
[2] S. Madhavatirtha, 'Conversations with the Maharshi', *The Mountain Path*, 1980, vol. 17, p. 211.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 85-6.
[4] D. Mudaliar, op. cit., p. 149.
[5] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, pp. 612-13.

[6] Ibid., p. 341.
[7] Ibid., p. 354.
[8] Ibid., p. 36-7.
[9] Ibid., p. 432.
[10] Ibid., p. 41.
[11] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 65.
[12] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 94.
[13] Muruganar, op. cit., vv. 49, 50, 51, 52, 57.
[14] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 63-7.
[15] S. Madhavatirtha, 'Conversations with the Maharshi', *The Mountain Path*, 1981, vol. 18, pp. 154-5.
[16] S. Cohen, op. cit., pp. 56-7.

CAPÍTULO 18. LA REENCARNACIÓN

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, p. 41.
[2] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 874, 1122, Bhagavan 9.
[3] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 235.
[4] Ibid., p. 13.
[5] Ibid., pp. 191-2.
[6] Ibid., p. 55.
[7] Ibid., p. 121.
[8] Ibid., p. 40.
[9] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 44.
[10] Ibid., pp. 41-2.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., p. 164.
[12] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 263.
[13] S. Cohen, op. cit., p. 40.
[14] T. N. Venkataraman, op. cit., p. 27.
[15] 'Who', *Maha Yoga*, p. 196.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., p. 531.
[17] D. Mudaliar, op. cit., p. 221.
[18] M. Venkataramiah, op. cit., p. 602.

CAPÍTULO 19. LA NATURALEZA DE DIOS

[1] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 55-8.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 333.
[3] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 867.
[4] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 610-11.
[5] Ibid., p. 102.
[6] Muruganar, op. cit., vv. 714-16.
[7] Ibid., vv. 105-9.
[8] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 31-2.
[9] Muruganar, op. cit., v. 1191.
[10] P. Brunton, *Conscious Inmortality*, pp. 7, 8, 10.
[11] M. Venkataramiah, op. cit., p. 268.
[12] P. Brunton, op. cit., pp. 180-1.
[13] Ibid., p. 187.
[14] Muruganar, op. cit., vv. 1098, 1099, 194, 195, 196.
[15] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 148.
[16] Muruganar, op. cit., v. 930.
[17] M. Venkataramiah, op. cit., p. 127.
[18] P. Brunton, op. cit., p. 7.
[19] Según la cosmología Hindú todo el universo manifestado se reabsorbe periódicamente en el *Brahman* inmanifestado. Esta absorción se conoce como *pralaya*.
[20] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 34-5.
[21] P. Brunton, op. cit., p. 186.
[22] R. Swarnagiri, *Crumbs from his Table*, p. 44.
[23] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 242-3.
[24] Muruganar, op. cit., v. 1207.

CAPÍTULO 20. SUFRIMIENTO Y MORALIDAD

[1] S. Om (tr.), '*Ulladu Narpadu – Kalivenba*', *The Mountain Path,* 1981, vol. 18, p. 218.
[2] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 120.

[3] T. N. Venkataraman (pub.), *Maharshi's Gospel*, pp. 51-2.
[4] S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.27.
[5] S. Cohen, *Guru Ramana*, pp. 47-8.
[6] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 368-9.
[7] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, vv. 952-4.
[8] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 593-4.
[9] 'Who', *Maha Yoga*, p. 192.
[10] D. Mudaliar, *My Reminiscences*, pp. 98-9.
[11] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, pp. 80-1.
[12] Ibid., p. 286.
[13] D. Mudaliar, 1970, op. cit., pp. 94-5.
[14] Muruganar, op. cit., vv. 807, 808.
[15] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 226-8.
[16] Ibid., p. 428.
[17] D. Mudaliar, 1977, op. cit., pp. 304-5.
[18] Muruganar, op. cit., vv. 574, 573.
[19] D. Mudaliar, 1977, op. cit., p. 258.
[20] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, pp. 151-2.
[21] Muruganar, op. cit., v. 791.

CAPÍTULO 21. KARMA, DESTINO Y LIBRE ALBEDRÍO

[1] S. Natananda, *Spiritual Instruction of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, p.21.
[2] C. Aiyer, 'Quotations from the Maharshi', *The Mountain Path*, 1982, vol. 19, p. 23.
[3] P. Brunton, Conscious *Inmortality*, p. 135. Una porción de esta cita se omitió inadvertidamente en la versión publicada. La cita que se da aquí está tomada directamente del manuscrito del libro.
[4] S. Nagamma, *Letters from Sri Ramanasramam*, p. 78.
[5] M. Venkataramiah (comp.), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, p. 470.
[6] Ibid., p. 462.
[7] D. Mudaliar, *Day by Day with Bhagavan*, p. 222.

[8] S. Nagamma, op. cit. p. 171.
[9] Muruganar, *Guru Vachaka Kovai*, v. 703.
[10] S. Nagamma, op. cit. p. 65.
[11] Muruganar, op. cit., v. 150.
[12] D. Mudaliar, op. cit., pp. 295-6.
[13] Muruganar, op. cit., v. 697.
[14] D. Mudaliar, *My Reminiscences*, p. 63.
[15] S. Nagamma, op. cit. pp. 347-8.
[16] M. Venkataramiah, op. cit., pp. 159-60.
[17] D. Mudaliar, 1977, op. cit., p. 75.
[18] S. Cohen, *Guru Ramana*, p. 50.
[19] D. Mudaliar, 1970, op. cit., pp. 90-1.
[20] M. Venkataramiah, op. cit., p. 393.
[21] D. Mudaliar, 1977, op. cit., p. 230.

———————————————————————————